Machine Translated by Google

PSYCHOPATHS IN OUR LIVES

My Interviews

DIANNE EMERSON

FOREWORD BY

CARL B. GACONO, PH.D. & AARON J. KIVISTO, PH.D.

Machine Translated by Google

"Dianne Emerson provides readers with the rare opportunity to enter the personal lives of three male psychopaths through their own words. Through the careful organization of their everyday stories of who, what, when and where, Emerson ultimately provides the building blocks for readers to understand why these individuals do what they do. Without such stories, there is little hope for understanding."
Carl B. Gacono, Ph.D. & Aaron J. Kivisto, Ph.D.

"You will have a glimpse into the mind of the everyday psychopath, the one for whom you may work, the one whom you may run into in the grocery store or at the gym, or possibly the one with whom you live."
— Dianne Emerson

Quotes from the interviewed psychopaths:

"The person you need me to be in order to trust, confide in, support and promote is the person I will become. Being free of unpredictable emotional reactions and guilt, I am free to be whatever, whenever and then change that when necessary…" —"Bill"

"I was 11 when I knew I was not like other people because I saw someone die in front of me, and then everyone was so upset about it, and I didn't see why."
—"Steve"

"You don't loudly sigh with boredom at a funeral. You probably don't feel bored at a funeral. I do. Exceptionally so. And I suppose I may sometimes forget myself without realizing. There have been many occasions where people have been looking at me oddly for reasons unclear to me."
—"Fred"

PSYCHOPATHS IN OUR LIVES

DIANNE EMERSON

PSYCHOPATHS IN OUR LIVES

My Interviews

DIANNE EMERSON

FOREWORD BY
CARL B. GACONO, PH.D. & AARON J. KIVISTO, PH.D.

Machine Translated by Google

Psicópatas en

Nuestras vidas

Mis entrevistas

Diana Emerson

PRÓLOGO DE CARL B. GACONO, PHD, Y
AARON J. KIVISTO, PHD

Machine Translated by Google

Psicópatas en nuestras vidas: mis entrevistas

© 2020 por Dianne Emerson

Editado por Katharine Worthington

Machine Translated by Google

CONTENIDO

PRÓLOGO v

INTRODUCCIÓN 1

CAPÍTULO UNO 9
Comentarios sobre el Libro

CAPÍTULO DOS ..... 23 ¿Naturaleza o crianza?
Diagnóstico, Infancia y Familia

CAPÍTULO TRES 55
Autoimagen: El bien contra el mal

CAPÍTULO CUATRO 109
Gaslighting:
Control a través de la manipulación

CAPÍTULO CINCO 171
Relaciones

CAPÍTULO SEIS 255
Los psicópatas y el trabajo

CAPÍTULO SIETE ..... 273 Ojos

EPÍLOGO 285

REFERENCIAS 291

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

PREFACIO

Por Carl B. Gacono, Ph.D. y Aaron J. Kivisto, Ph.D.

Tal vez ningún otro campo de estudio científico requiera con tanta naturalidad que los no científicos se enfrenten a sus preguntas más básicas como lo hace el campo de la psicología de la personalidad. Desde el momento en que nos despertamos hasta el momento en que nos vamos a dormir, normalmente nos inundan las historias sobre el comportamiento de otras personas, ya sea amoroso, destructivo o cualquier cosa entre ambas. Aprendemos qué sucedió, quién hizo qué, cuándo lo hizo y cómo respondieron los demás. Conocemos los hechos. Pero, ya sea de manera consciente o inconsciente, todos vamos más allá de la información que podemos ver y escuchar con tanta claridad.

Los hechos por sí solos no nos dicen lo que parece que necesitamos saber. Cada uno de nosotros, a veces deliberadamente y a veces automáticamente, toma estos hechos y los utiliza como elementos básicos para inferir los motivos por los que los demás hacen lo que hacen. No podemos percibir directamente estas motivaciones a través de nuestros cinco sentidos, pero tenemos una tendencia natural a atribuir significado a nuestras experiencias, a averiguar el por qué de cada cosa. Sin una comprensión de la causa y el efecto, de por qué los demás hacen lo que hacen, nuestros mundos parecen poco más que una serie de hechos desintegrados e incoherentes.

Y así, todos lidiamos con las preguntas básicas a las que se enfrentan los psicólogos de la personalidad: ¿por qué las personas hacen lo que hacen? Y, dado lo que esto nos dice sobre ellas, ¿cómo podrían actuar en el futuro? De hecho, dada la naturalidad con la que parecemos inferir los motivos de la conducta de los demás, uno podría sentir simpatía por la cuesta arriba –y probablemente inútil– del detective de Dragnet Joe Friday.

Machine Translated by Google

batalla para lograr que sus entrevistados se ciñan a “solo los hechos, señora”. Esto parece violar nuestra necesidad de comprender a los demás, incluso cuando (¿especialmente cuando?) su comportamiento es cruel y parece

Teniendo en cuenta la necesidad que todos tenemos de comprender no sólo lo que alguien ha hecho, sino también por qué lo ha hecho, quizá no sorprenda que los síndromes antisociales hayan recibido tanta atención. Después de las reacciones iniciales de horror y fascinación que suelen suscitar los actos de individuos psicópatas, la pregunta que se plantea la mayoría de la gente es por qué. La ciencia clínica y forense contemporánea ha contribuido a esta comprensión, empezando por el trabajo de Pinel a principios del siglo XIX y consolidándose a través de las enormes contribuciones de Cleckley y Hare.

Sin embargo, ninguna de las contribuciones de estos pioneros a nuestra comprensión de los individuos psicópatas habría sido posible sin las historias de los psicópatas con los que se encontraron. Es fácil perder de vista la centralidad de estas historias, en gran parte porque rara vez se las detalla.

En las páginas que siguen, Dianne Emerson ofrece a los lectores la rara oportunidad de adentrarse en la vida personal de tres psicópatas masculinos a través de sus propias palabras.

Mediante la cuidadosa organización de sus historias cotidianas de quién, qué, cuándo y dónde, Emerson finalmente proporciona los elementos básicos para que los lectores comprendan por qué estas personas hacen lo que hacen. Sin esas historias, hay pocas esperanzas de comprensión.

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

INTRODUCCIÓN

"Ignorar el mal es convertirse en cómplice de él".
—Martin Luther King

Este libro no es un análisis prototípico de los psicópatas encarcelados. No soy psiquiatra ni investigador académico. Lo que ofrezco es una nueva perspectiva sobre los psicópatas diagnosticados y autoidentificados, utilizando sus propias palabras para revelar la verdad.

La mayoría de los psicópatas no están en prisión, sino que viven entre nosotros; prácticamente, cualquiera puede ser víctima de una forma u otra, normalmente sin darse cuenta de cómo o por qué le sucedió. A lo largo de los años se han publicado varios libros desde el punto de vista de la víctima, pero lo que me interesó fueron algunos conceptos de los que nadie parecía hablar en detalle.

Uno de esos conceptos sobre los que leerás es el de gaslighting, una herramienta importante que utilizan los psicópatas para controlar a sus víctimas. El término deriva de la película de 1944, "Gaslight". En la película, Paula (Ingrid Bergman) se casa con el malvado Gregory Anton (Charles Boyer), sin saber que él asesinó a su tía y ahora está tratando de encontrar las joyas de su tía.

Para evitar que Paula descubra lo que está haciendo, le hace creer que se está volviendo loca. Mueve cosas y le dice que ella las puso allí; esconde su reloj y le dice que lo robó; finalmente, manipula las luces de gas para que parpadeen y le dice que a él le parece que todo está bien.

Machine Translated by Google

La aísla y le impide salir de la casa, todo para poder buscar las joyas en el ático sin que ella se dé cuenta de lo que está haciendo. Se trata de un tipo de manipulación, cuyo objetivo es hacer que las víctimas duden de su propia memoria y cordura. Quería saber cómo veían los psicópatas lo que estaban haciendo.

Decidí que tal vez las respuestas a mis preguntas pudieran venir de los propios psicópatas, así que me embarqué en una misión para identificar y entrevistar a algunos de ellos. He dirigido un foro de discusión en línea durante más de dieciocho años para permitir que las víctimas de psicópatas se conecten, se comuniquen y compartan experiencias.

No es sorprendente que atrajera la atención de algunos psicópatas, algunos por deseo de aprender sobre sí mismos, otros por mera curiosidad y algunos que querían aconsejar a las víctimas.

Tres de estos hombres, a quienes identifico como “Fred”, “Steve” y “Bill” mantuvieron extensas conversaciones por correo electrónico conmigo. Accedieron a dejarme presentar sus palabras en este libro. Yo les impuse algunas reglas básicas, como que todas las comunicaciones debían hacerse por escrito. Quería eliminar mis emociones de la ecuación.

Los psicópatas son expertos en leer a las personas, y sentí que con el texto escrito podría acercarme a la verdad de sus acciones.

Las conversaciones presentadas en este libro permiten comprender mejor los pensamientos de estos tres hombres. En lugar de presentar las conversaciones cronológicamente tal como ocurrieron, he combinado sus comentarios

Machine Translated by Google

Tema. Cada capítulo contiene preguntas y respuestas de los tres que se refieren a un tema de discusión. Al final, tenía cientos de páginas de comunicación. Todas las entrevistas presentadas son el diálogo real.

No se modificó nada, salvo algunas comas y errores tipográficos aquí y allá. No quería que se editaran sus palabras porque la forma en que hablan de las cosas suele ser tan interesante como lo que dicen.

Aunque presento estas entrevistas como psicópatas, notarán que los entrevistados a veces usan el término "sociópata" para describirse a sí mismos.

Parecía que consideraban que este término era menos despectivo que el de psicópata, aunque al menos uno de ellos, Bill, se enorgullece de ser un psicópata y considera que los sociópatas están en un nivel inferior. Se compara a sí mismo con un león y a los sociópatas con hienas.

Notarás su sorprendente falta de compasión hacia sus víctimas.

Bill comentó que no entiende por qué las víctimas están molestas:

> Incluso la gacela del Serengeti sabe que hay depredadores por todas partes. ¿Crees que cuando una es atacada por un león las demás se quedan atónitas? "Dios mío, no tenía idea de que había animales que me pudieran comer". Absolutamente no.
>
> ¿Por qué entonces los humanos deben parecer tan asombrados cuando se aprovechan de ellos? ¿Por qué es esto sorprendente?

Machine Translated by Google

Un artículo interesante en Scientific American decía:

> A diferencia de las personas con trastornos psicóticos, como la esquizofrenia, que a menudo pierden el contacto con la realidad, los psicópatas son casi siempre racionales.
>
> Son muy conscientes de que sus acciones desacertadas o ilegales son incorrectas a los ojos de la sociedad, pero ignoran estas preocupaciones con sorprendente indiferencia.1

Los psicópatas utilizan una combinación de carisma, manipulación, coerción y, a veces, violencia para controlar a otros y satisfacer sus propios deseos egocéntricos.

Los psicópatas tienden a ser persuasivos, encantadores, egoístas, impulsivos y acosadores. Carecen de empatía, mienten, no aceptan la responsabilidad de su comportamiento y no muestran culpa ni remordimiento hacia las personas a las que lastiman. Su falta de conciencia es una característica distintiva.

Un artículo en la Revista de Psiquiatría Forense y Psychology2 comentó que los psicópatas parecen Disfrutan de lo que hacen; no tienen miedo al castigo, y no les preocupa la estigmatización social.

Las conversaciones que leerás sugieren que les preocupa que los atrapen. Cuando le pregunté a Fred

---

1 Lilienfeld, SO y Arkowitz, H. (2007). Qué significa "psicópata": no es exactamente lo que uno se imagina. Scientific American.

2Rogers, T., Blackwood, N., Farnham, F., Pickup, G., Watts, M. (2008). Aptitud para declarar y competencia para ser juzgado: una revisión sistemática del concepto y su aplicación.

Machine Translated by Google

Sobre su opinión sobre el uso de drogas para controlar a alguien, su respuesta fue:

> Eso es realmente bastante deplorable. También es profundamente estúpido, porque deja un rastro químico que será detectado si la persona entra en crisis y termina buscando atención médica. Si a alguien le responden: "¿Por qué me siento así?", "porque según los análisis de sangre sigue tomando medicamentos contraindicados para el estado de ánimo", pronto volverá a casa.

A Fred le preocupaba menos el aspecto ético de drogar a alguien que el riesgo que corría él mismo.

La opinión generalizada es que los psicópatas no se preocupan por las expectativas de la sociedad y pasan por alto el juicio que ésta hace sobre su comportamiento. Esto es cierto hasta cierto punto: cualquier esfuerzo que hagan por adaptarse a las normas de la sociedad es parte de su máscara. Bill dijo:

> La persona que necesitas que sea para poder confiar, apoyar y promover es la persona en la que me convertiré.

> Al estar libre de reacciones emocionales impredecibles y de culpa, soy libre de ser lo que quiera, cuando quiera y luego cambiarlo cuando sea necesario.

Debido a esta máscara, las víctimas de psicópatas necesitan ayuda para reconocerlos y comprender sus procesos de pensamiento.

¿Cómo se reconoce a un psicópata? Hay pistas, algunas sutiles y otras obvias. Mientras lee este libro, preste atención a la forma en que estos hombres hablan de sí mismos y de los demás.

Machine Translated by Google

Las víctimas que publican mensajes en mi foro de discusión en línea hablan de su temor a un ataque de ira, a veces por nada en absoluto. Tienen miedo de desviarse de la rutina. Los psicópatas necesitan tener el control y tienden a aislar a sus parejas de sus familiares y amigos.

Exigen saber todo lo que haces, adondequiera que vayas, e incluso pueden espiarte o escuchar tus llamadas telefónicas. Todo es cuestión de control.

Los psicópatas pueden ser encantadores y luego volverse contra ti de repente. Por lo general, tienen antecedentes de malas relaciones y menosprecian sus relaciones anteriores.

Todo es siempre culpa de alguien más, ya sea en la relación o en el trabajo.

Los psicópatas culparán constantemente a los demás y se presentarán como víctimas. De hecho, victimizan a los demás mientras gritan que ellos son las víctimas.

Los psicópatas tienen un ego enorme. Si bien no todos los narcisistas son psicópatas, todos ellos tienen personalidades narcisistas. Su mundo gira en torno a ellos mismos y tienen derecho a todo lo que puedan conseguir.

Si alguien los traiciona, tomarán represalias. Si te atreves a hacer algo que no quieren, se pondrán furiosos. Es posible que te griten, te insulten o incluso te golpeen. Si luego se disculpan, es solo para evitar que te vayas. Mienten. No les importas.

Machine Translated by Google

Por otro lado, es posible que no muestren ninguna reacción, sino que conspiren a tus espaldas para buscar venganza. Siempre encontrarán una manera de equilibrar el marcador, ya sea directa o indirectamente.

Algunas de las cosas que lea en este libro le horrorizarán. A mí me horrorizaron, sin duda. Algunas pueden resultarle terriblemente familiares. Tendrá una visión de la mente del psicópata cotidiano, aquel para quien puede trabajar, aquel con quien puede encontrarse en el supermercado o en el gimnasio, o posiblemente aquel con quien vive.

Sería casi imposible atravesar la vida sin encontrarse con algunos psicópatas en el camino.

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

CAPITULO UNO
Comentarios sobre el libro

"Cualquier tonto puede escribir un libro muy
valioso por casualidad, si tan sólo nos cuenta lo
que oyó y vio, con veracidad".
—Thomas Gray, Carta a Horace Walpole

Diana

Estoy escribiendo un libro para que la gente entienda cómo trabajas. Creo que es claramente beneficioso para ambos. Yo puedo poner en palabras lo que todos los demás antes que yo solo han intentado “describir”.

Tengo pensado incorporar nuestras conversaciones, para que la gente pueda ver lo que pasa por la mente de un psicópata que pueda conocer en los negocios o en situaciones sociales. ¿Tienes alguna idea al respecto o algún problema con que incluya nuestras conversaciones? ¿Podría estar enseñándote a actuar mejor? No me siento incómodo con eso porque estoy viendo el panorama general.

Quizás, pero entiendo que es nuestro sacrificio. Para obtener información de un psicópata de alto nivel, eso tiene que ser parte del trato o nadie con información real aceptaría ser entrevistado. También siento que la gente puede confiar en mí porque he tenido un foro de discusión en línea durante casi dieciocho años, que fue el primero en

Machine Translated by Google

Este tema no tiene nada que ganar si busco a alguien.
Tengo mis propios contactos en la industria y no necesitaría
la ayuda del FBI para rastrear a nadie.

Soy muy clara en lo que hago y no cruzaré ningún límite.
Mantendré tu información personal y ubicación entre nosotros.
Nadie más que yo tendrá jamás tu información de contacto.
Cambiaré tu nombre, pero dudo mucho que me hayas dado tu
nombre real en cualquier caso.

Factura

Espero con ansias la publicación de su libro.
Espero que incluya estas entrevistas, ya que son
las que realmente mostrarán los patrones de
pensamiento del psicópata.

También demostrarán que no somos todas las que nos
escondemos en tu armario, esperando a que duermas, a
que te quites la cabeza y uses tu piel como vestido.

No me preocupa que me persigas. No ganarías nada con
ello. A menos que estés albergando una venganza
personal contra todos y cada uno de los psicópatas. Lo
cual, francamente, no significa nada.
me preocupa

No he admitido ninguna actividad criminal, ni lo haré, y el simple
hecho de ser un psicópata aún no ha sido criminalizado.

El FBI no tendría nada que procesar.
Además, si estás intentando escribir una serie de libros, no
sería una buena idea encerrarlos bajo llave.

Machine Translated by Google

Sujetos de entrevista. Dudo que consigas muchos más voluntarios después de eso.

Steve

Me gustaría recibir una copia de su libro cuando salga y no dude en revisar la ortografía. Escribir nunca ha sido mi punto fuerte, pero no me gustaría que se mencionara mi nombre porque complicaría las cosas en mi vida.

Diana

Naturalmente, me complacerá enviarle una copia cuando se publique. Creo que lo encontrará interesante. Espero que proporcione información nueva e interesante a los lectores, ya que este enfoque es único para un tema que no ha recibido suficiente atención. Todos compartimos la misma tierra, por lo que deberíamos aprender y comprendernos más unos a otros.

Fred

Si desea que responda alguna pregunta sobre la que pueda brindar información, estoy dispuesto a responder y comprenderé si las preguntas son breves y concisas, para evitar involucrarse.

Creo que sería posible intercambiar información mutuamente beneficiosa en base a medidas de seguridad (intercambios limitados/no comprometidos en un formato de preguntas y respuestas, sin requisito de que me proporciones ninguna información, etc.) para asegurarte de que no quiero hacerte daño.

No tengo idea de cuántas otras personas pueden haberte contactado por temas similares (parece probable que al menos algunas lo hayan hecho o lo harán, ya que compartimos los mismos intereses), pero es probable que yo sea una de las personas con menor riesgo de las que lo han hecho. Dado que he notado algo

Machine Translated by Google

Ya lo sé, supongo que cualquier otra persona lo haría; probablemente deberías desconectar esta cuenta de correo electrónico de tu perfil de Facebook. No uso el servicio, por si te lo estabas preguntando. Si lo hiciera o tuviera algún interés en usarlo, probablemente no te lo habría dicho.

¿Soy un peligro para ti? Sinceramente, no lo soy. Eso no significa que considere que la "cooperación" es algo que me interesaría (¿que sería capaz de hacer?). Tal vez, pero necesitaría buenas razones y me sentiría... "picazón", al menos así creo que entiendes el término.

No espero ganarme tu confianza en ningún sentido significativo, ya que claramente no eres tan ingenuo como para que valga la pena molestarme en ello.

Diana

Creo que una persona puede encontrar peligro en muchos lugares que no siempre involucran psicópatas. Por ejemplo, la incidencia de conductores bajo los efectos del alcohol es mucho mayor a altas horas de la noche, y todos sabemos que este grupo de personas mata. Los camioneros que consumen metanfetamina son un peligro en la carretera y pueden matarte.

Las personas que consumen drogas fuertes como la metanfetamina muestran una clara falta de empatía y te robarán para luego ayudarte a buscar lo que ya no está. El peligro existe en muchos lugares.

Fred

No es que crea que estás haciendo esto, pero dime: ¿estás consultando con alguien sobre nuestra interacción? ¿Cómo actuar, a qué prestar atención?

Machine Translated by Google

¿Opiniones profesionales sobre si soy así? Me refiero a otras personas además de mí, por supuesto. No me importa si es así. Lo pregunto porque tengo la impresión de que sí. No hay problema.

En cuanto a si te involucrarías si pensaras que todos los sociópatas son malos hasta la médula. Honestamente, no lo sé. A veces, supongo que es necesario hacer trabajos sucios.

Simplemente sería más fácil en algunos sentidos para mí si pudiera dejar de mirarme a mí mismo con el rabillo del ojo constantemente, pero esto no va a funcionar si hago eso y luego la cago dejando caer la pelota porque ninguno de los dos estaba prestando atención.

Si puedo confiar en que no confiarás en mí, y al mismo tiempo no asumirás que todo lo que digo es mentira, entonces no terminaremos en una situación que no queremos y probablemente ambos tendremos una visión mucho más clara. ¿Qué piensas?

Diana

Me gusta cuando la gente habla de sí misma. Cuando empezamos nuestra conversación, sabía que todo esto tenía más que ver contigo que conmigo. Me gusta ser una buena observadora y escuchar bien cuando los demás hablan.

Lamentablemente, no tengo a nadie que me ayude. ¿Crees que debería hacerlo? ¿Hay cosas que me estoy perdiendo? Por lo que sabes, estoy captando y observando todo.

Tal vez podría llamar a un perfilador como los que se ven en los programas policiales, que podría sentarse a mi lado tomando café y darme guiones para escribir y preguntas para interrogarte sin parar.

Machine Translated by Google

Prefiero escribir según el flujo de conciencia y solo me molesto en hacer correcciones ortográficas aleatorias, por lo que probablemente podría usar una buena secretaria más que cualquier otra cosa.

Fred

Te sugiero que expongas los temas sobre los que te interesaría conversar, lo que esperas obtener de esa conversación y los límites que consideras apropiados. Entonces puedo decirte con qué estoy de acuerdo y podemos trabajar en ese sentido. Sin embargo, es poco probable que sea breve, ya que se trata de asuntos complejos y, bueno... ¡por razones obvias, en realidad!

Diana

Para abordar las áreas que deseo cubrir, francamente, creo en el libre flujo de información para ver hacia dónde conducen las cosas en lugar de limitar la conversación a una agenda establecida.

En esencia, el propósito de mis escritos es aclarar la imagen de lo que es un psicópata tanto en terminología como en cómo abordar las diferencias entre nosotros en la vida de las personas.

La gente sale en las noticias y declara que asesinos conocidos son psicópatas cuando cruzan una línea específica, pero parece que se resisten a identificar al jefe de una enorme empresa comercial que en realidad destruye a más personas que el asesino en serie más prolífico.

Tengo una serie de preguntas que les haré a todos, pero estoy seguro de que, a medida que...

Machine Translated by Google

Las entrevistas continúan y otras preguntas vendrán a la mente.

Fred

Mencionas lo que puedo ganar con esto, algo que me resulta cada vez más difícil de adivinar en relación con lo que quieres decir, pero creo que puedes estar subestimando mi curiosidad y deseo de aprender.

Es poco probable que conozcas alguna vez a alguien que esté tan interesado en sus límites y capacidades como yo, ni a alguien tan interesado en los de los demás.

Sólo tengo dos modos: un desinterés disperso en el sentido de lanzar una red intelectual con la esperanza de conseguir una captura interesante pero sin dirección ni planificación alguna, o un enfoque absoluto, como un láser, que destrozará los cimientos incluso de mi propia cordura con el fin de encontrar una comprensión más profunda.

Creo que podrías tener la capacidad de proporcionarme preguntas que no se me ocurriría plantearme y permitirme encontrar respuestas que de otro modo no encontraría. A cambio, tendrías una idea de cómo se manifiestan internamente los comportamientos de tipo psicópata y, por lo tanto, podrías detectarlos mejor.

Diana

Espero que no sientas la necesidad de censurarte de ninguna manera para tratar de proteger lo que pareces estar indicando que podrían ser mis sensibles oídos.

Estoy abierta a todos los puntos de vista y prefiero no tener filtros sobre lo que me puede gustar o no. Sería difícil para ti juzgar.

Machine Translated by Google

¿Porque quizás soy diferente a otros en tu vida que necesitan el filtro para proteger la imagen que has creado para que ellos disfruten?

Encuentro todos los aspectos de este tema de gran interés y no importa si las respuestas son cortas o largas porque es la base de la información que me interesa.

Fred

Tienes algunas ideas interesantes. Me preguntaba cómo interpretarías las cosas escritas desde la perspectiva del drama y la grandiosidad. Me alegra ver que no te dejas llevar tan fácilmente por eso.
A veces esto puede ser un gran problema porque la gente no entiende bien las palabras.

Recuerdo que en la universidad había varios profesores y muchos "pares" que podían estudiar un libro extensamente (a veces durante años) y citarlo palabra por palabra, pero no tenían la menor idea de lo que significaba.

Eso es lo que las palabras pueden hacer en una mente no preparada. Si al principio parece una tontería y fue escrita por alguien que jugó bien el juego, debe ser inteligente, ¿no? Ja. La gente confusa lee explicaciones confusas y confunde la familiaridad con la sabiduría.

¿Puedo preguntar: qué cree usted que otras personas podrían aprender de nuestros intercambios?

Diana

Creo que muchas personas pueden aprender de nuestras conversaciones. He estado haciendo un par de intercambios más pequeños, principalmente para un

Machine Translated by Google

Punto de referencia. Sé que la mente humana me parece un tema fascinante.

¿Es un psicópata que ejecuta un esquema Ponzi , por ejemplo, realmente más culpable que todas las personas que hipotecan los ahorros de toda su vida para participar en un esquema para hacerse ricos?

¿Qué nivel de codicia es aceptable? ¿Es el arquitecto del plan un personaje peor que quienes deciden participar?

Tal vez si la gente comprendiera más qué impulsa a los psicópatas, lo pensarían dos veces antes de caer en tentaciones que sería mejor evitar.

Somos rápidos en culpar a los demás, pero tal vez debamos abrir los ojos y escuchar nuestros instintos. Una observación que hicieron todas las víctimas en mi foro es que no hicieron caso de esas señales de alerta; yo lo llamo vivir la vida pintando esas señales de alerta de blanco.

Las víctimas son de todo tipo y color. En general, la palabra víctima es un término amplio.
Lo que me interesa es en qué momento debemos asumir la responsabilidad de meternos en una situación que nos convierte en víctimas.

3A El esquema Ponzi es una estafa de inversión que promete altas tasas de retorno con poco riesgo. Genera retornos para los primeros inversionistas al captar nuevos inversionistas. En realidad, produce los retornos prometidos a los primeros inversionistas, pero solo mientras haya nuevos inversionistas. Estos planes se derrumban cuando cesan las nuevas inversiones.

Machine Translated by Google

A veces las personas quedan atrapadas sin sospecharlo, como cuando entablan una relación con un psicópata; cuando no funciona, ¿en qué momento es responsable la víctima?

En el espectro opuesto, si alguien es asesinado por un asesino en serie sólo porque el asesino está al acecho mientras camina hacia su auto, se convierte en una víctima que no ha hecho nada.

Fred

... Bueno, ¿soy yo de quien quieres que trate tu libro o soy de quien necesitas que trate tu libro?
Elocuente, culto, perspicaz, ingenioso, sorprendentemente modesto e incluso con un acento británico profundo y elocuente, pero no vil.

No estoy más allá de la redención (?). No soy un bruto violento, pero no estoy tan esterilizado como para ser un simple ciudadano de la calle. Un psicópata de Ricitos de Oro. Alguien que no es un monstruo, solo un poco incomprendido y asustado, como todos los demás.

No es que lo esté imitando, ya que estoy tratando de evitar por completo hacer algo por el estilo. Supongo que se podría decir que algún día me gustaría mirarme en un espejo y verme a mí mismo.

Espero que no haya demasiadas cosas que crea que deban modificarse, pero donde las haya, estoy seguro de que puedo hacer cambios menores que harán que todo sea lo suficientemente inidentificable como para que no me preocupe. Y me preocupa eso, pero no exigiré nada más que el mínimo absoluto necesario para resolverlo.

Machine Translated by Google

Perdón por repetirlo una y otra vez, pero estoy segura de que lo entenderás. Es importante para mí. Pasar por todo esto, mirarme a los ojos y buscar mi propia alma, juntar los fragmentos de los espejos... No quiero que todo sea en vano.

Eso significa que quiero que puedas usar los fragmentos que desees para tu libro, pero también quiero poder seguir adelante y encontrar la felicidad y la estabilidad para mí. De lo contrario, bien podría haberme suicidado hace un par de meses y haberme ahorrado las dificultades. ¿Tiene sentido?

Como dije, no conozco estos asuntos tan bien como usted, pero en nombre de la integridad intelectual sentí la necesidad de preguntar.

No quiero que escribas un libro basado en información falsa o engañosa. Si yo fuera un chiflado que tuvo un brote psicótico, no sería una buena base para tu libro.

Si soy un sociópata cada vez más consciente de mí mismo, no quiero socavar tu libro descartándome como "un simple chiflado" como parte de un impulso subconsciente hacia un objetivo conscientemente desconocido. Confía, confía, confía. ¿Confías en mí en lo más mínimo? Es una pregunta sincera.

Diana

No estoy escribiendo una historia tendenciosa del tipo “todas estas personas son malas”. Quiero que la gente vea la verdad sobre lo que hacen los psicópatas; quiero que la gente reconozca cómo operan.

Machine Translated by Google

Fred

No quise decir que hayas subestimado deliberadamente esas cosas, sino que no estoy seguro de que puedas comprender lo poderoso que es ese impulso. La vida consiste en aprender a ser mejores en lo que hacemos, para todos nosotros. Ya sea que la persona se dé cuenta o no, cada vez que repite una acción está aprendiendo a ser mejor en lo que hace. Esta es una verdad universal y necesaria de la naturaleza humana.

¿Qué espero aprender a hacer mejor, crees?
¿Qué gano con esto? Tendrás un libro, y probablemente uno bueno, creo.
Pero me preocupa cómo se utilizan mis palabras, aunque supongo que hay una ironía que apreciar en ello. Pero aun así, las preguntas siguen en pie.

Estoy siendo tan respetuoso, imparcial y honesto como es posible ser, pero si prefieres que no lo sea, entonces te deseo lo mejor con tu libro y humildemente te solicito que tomes grandes medidas para proteger mi identidad, si decides usar cualquiera de mis montones de palabrería.

Diana

Gracias por participar. Sin tu valiosa ayuda jamás habría podido transmitir la complejidad de la mente de un psicópata.

Como probablemente sabes, la mayor parte de lo que se escribe sobre este tema viene del punto de vista de los violentos que aparecen en la portada de los periódicos o de aquellos identificados por amantes abandonados.

Machine Translated by Google

Se han realizado multitud de entrevistas con personas encarceladas, pero no son tan interesantes como las de quienes controlan su comportamiento.

En algunos casos, los asesinos en serie operan en un nivel intelectual mucho más bajo que los psicópatas, quienes logran ocultar su verdadero carácter.

Factura

La máscara también es útil en las relaciones personales. Si miras mi círculo de "amigos", verás que todos tienen un propósito y cambian a menudo.
Entiendo que este es el tema en el que se centra su libro. ¿Qué le interesa saber en particular?

Estoy de acuerdo con tu idea y tu plan para el libro. Esta es una de las razones por las que me interesa mantener esta conversación.

He leído los libros de [Dr. Robert] Hare y no me han impresionado en absoluto. Habría esperado que un hombre con formación académica ofreciera historias más tangibles que las composiciones y ficciones que ofrece en sus libros.

De sus escritos se desprende claramente que tiene un prejuicio contra los psicópatas, aunque supongo que sería difícil encontrar a alguien que no lo tuviera.

Cualquier intelectual que lea estos materiales no querrá saber lo que usted piensa sobre los psicópatas.
Querrán conocer tus experiencias, tus investigaciones y lo que te llevó a esa conclusión.

Machine Translated by Google

También sugeriría que la investigación de Hare es defectuosa, si no al menos sesgada.

Entrevista principalmente a prisioneros. Hombres que esperan participar en estos proyectos de investigación en un esfuerzo por quedar bien ante una junta de libertad condicional.
o simplemente por aburrimiento.

Espero con ansias la publicación de su libro. Espero que incluya estas entrevistas, ya que son las que realmente mostrarán los patrones de pensamiento del psicópata.

Machine Translated by Google

CAPÍTULO DOS

¿Naturaleza o crianza?

Diagnóstico, Infancia y Familia

"No hay explicación para el mal. Hay que buscarlo.
como una parte necesaria del orden del universo.
Ignorarlo es infantil, lamentarlo no tiene sentido."
— W. Somerset Maugham

Diana

¿Ha tenido la oportunidad de leer mi foro de discusión? Si es así, ¿qué le gustaría que la gente supiera para comprender mejor su condición? Para que quede claro, el término psicótico indica alguien que puede oír voces, etc.

Los expertos discuten sobre si el término psicópata o sociópata es el más adecuado. Creo que la mayoría de la gente piensa que un sociópata no va a andar por los callejones con un cuchillo de carnicero, y relacionan el término psicópata con asesinos en serie como Ted Bundy4.

¿Así es como ves los términos?

Fred

He pasado algunas horas leyendo su foro y puedo ver que su comunidad ayuda enormemente a la gente.

---

4 Ted Bundy fue un asesino en serie, secuestrador, violador y necrófilo que asesinó a numerosas mujeres jóvenes y niñas durante la década de 1970. Confesó haber cometido 30 homicidios en siete estados entre 1974 y 1978. El número real de víctimas podría ser mayor.

Machine Translated by Google

El daño que puede causar el comportamiento psicopático, particularmente en las relaciones, puede ser bastante devastador y, claramente, el apoyo y la comunicación en su foro son estructuras y salidas muy positivas.

En el foro veo muchas especulaciones sobre lo que se esconde tras la llamada «máscara» de un psicópata. Creo que puedo ayudar a responder a esta pregunta.

Diana

¿Prefieres el término psicópata o sociópata?

Steve

Prefiero el término sociópata porque no me siento psicótica, sino destructiva. Descubrí que soy así porque he tenido varias rupturas de relaciones y todas terminaron de la misma manera, así que si esto se estaba interponiendo en mis planes, decidí ver si era yo.

Hace dos años que hice la prueba y, bueno, me tocó a mí. Y esa es la razón principal por la que prefiero ese nombre al otro: es el vínculo con la violencia que lo acompaña.

Fred

Por lo que ya has dicho y por lo que he leído, diría que me encuentro en el área que se suele llamar "sociopática". Esto era algo en lo que estaba pensando antes, y sospecho que tal vez comencé a formar vínculos cuando era muy joven y luego simplemente dejé de hacerlo. No me preguntes qué pudo haber provocado esto, porque no lo sé.

Machine Translated by Google

También mencionas la confusión entre sociopatía y psicopatía. Si no me equivoco, probablemente encajaría mejor en la concepción común del primero que del segundo. Creo que es necesario permitir cierta fluidez en las clasificaciones y que no resulta útil discutir sobre subdivisiones en este momento.

Factura

Preferiría no usar ningún término, ya que el estigma asociado a ambos sería perjudicial para mis objetivos. Sin embargo, en mi propia mente y en discusiones anónimas, sólo utilizo el término psicópata. El término sociópata, al menos para mí, insinúa cierto grado de desapego de la realidad. No me refiero al sentido esquizofrénico o psicótico de desapego. Los sociópatas están desconectados de la realidad de su comportamiento y sus consecuencias y a menudo son incapaces de asumir riesgos calculados.

Un psicópata, al menos uno con cierto grado de inteligencia, es muy consciente de una conducta y de sus riesgos. Puede calcular el riesgo frente a la recompensa y elaborar un plan estratégico más lógico para su éxito a largo plazo. Considero que los sociópatas están por debajo de los psicópatas. Una analogía más sencilla: yo soy el león; un sociópata es una simple hiena.

El término psicópata y sociópata se entiende más comúnmente como los Ted Bundy y los BTK 5 del mundo. La persona común evoca ideas de asesinos en serie y sádicos después de escuchar esas palabras. Hay quienes incluso en el ámbito psiquiátrico

---

5 "BTK" significa "Atar, Torturar, Matar", la infame firma del asesino en serie Dennis Rader, quien asesinó a diez personas en Wichita, Kansas, y sus alrededores, entre 1974 y 1991.

Machine Translated by Google

profesión que son defensores de la institucionalización indefinida de los psicópatas.

He logrado lo que he logrado siendo tu vecino, tu amigo, tu líder y tu modelo a seguir. Una etiqueta como la de psicópata haría que lograr esas relaciones fuera mucho más difícil.

Diana

¿Puedes describir cómo descubriste que eras un psicópata o un sociópata? ¿Fue a través de una búsqueda en Internet o mediante un análisis profesional? ¿Puedes explicarnos con más detalle cómo fue esa búsqueda?

¿Cómo hizo para encontrar a alguien que hiciera la evaluación? ¿Fue difícil y tuvo que acudir a varias personas para encontrar a la persona adecuada para diagnosticarlo?

Fred

En cuanto a tu pregunta sobre cómo y por qué encontré la información, creo que en medio de mi locura, quería encontrar algo que le diera sentido a las cosas. En un estado de bloqueo emocional, creo que tal vez haya deseado que así fuera.

En parte porque era "cualquier respuesta es mejor que ninguna", pero también creo que porque si pudiera dejar de sentir, entonces el inminente colapso y el caos subsiguiente dolerían menos. En ese estado, comencé a aplicarlo como una nueva explicación de mi comportamiento pasado.

Este es un peligro en el ámbito de la salud mental, ya que es fácil imponer una narrativa sobre las cosas si se busca, ya sea que exista realmente o no. Por lo tanto, un diagnóstico basado en criterios puramente retrospectivos es

Machine Translated by Google

Sospecho que, en el mejor de los casos, el diagnóstico puede ser inestable. Para ello, no sólo se necesita una base explicativa, sino también predictiva. ¿Tiene sentido?

Encontré información en Internet en todos los lugares habituales: Wikipedia, foros, sitios médicos o de salud mental, etc. Gran parte de ella es inútil, para ser sincero. Sin embargo, leer los relatos me brindó una perspectiva interesante y nueva desde la que ver el material más técnico y árido.

Steve

Por supuesto, me han hecho un análisis profesional con otro nombre, pero empecé a buscar en Internet para ver si encajaba en el perfil. También hay pruebas en Internet, pero son solo el 10 % de la prueba real, por lo que no vale la pena hacerlo solo.

Descubrirlo trajo sus propios problemas porque no hay forma de solucionar esta condición.
Sin embargo, me ayudó a saber por qué las cosas seguían sucediendo como lo hacían y encontrar mejores formas de ocultarlo.

Diana

¿Podrías aclararme a qué te refieres con el 10 % de la prueba real? ¿Cómo hiciste para encontrar a alguien que hiciera la evaluación? ¿Fue difícil y tuviste que acudir a varios para encontrar al indicado?

Pregunto porque me interesa el proceso de encontrar a alguien capaz de hacer la evaluación.

Machine Translated by Google

Steve

En los exámenes que se encuentran en Internet hay 40 preguntas o menos, y el examen real tiene unas 400 preguntas. No puedo darte un número exacto porque fue hace unos dos años y simplemente no lo recuerdo.

Organicé la prueba a través de un terapeuta que encontré que trataba problemas de ira, pero puedes comprar la prueba en Internet, pero no es barata. Busque “PCL-R”.6

Factura

Recibí un diagnóstico formal y encontré el estudio a través de un conocido de una universidad de Vancouver que buscaba sujetos. Me interesó, así que organicé un viaje a Vancouver con mi hermano.

Fuera de un equipo de investigación en Vancouver, nunca me han llamado psicópata. La interacción que tuve con el grupo de investigación consistió principalmente en entrevistas repartidas en tres días con tres entrevistadores diferentes.

No se trató simplemente de leer la lista de verificación PCL-R, sino que era obvio que las preguntas estaban diseñadas para evaluar los 20 criterios.

Cada entrevistador hizo varias preguntas y, si bien cada entrevistador tenía preguntas diferentes, eran...

---

6 La Lista de verificación de psicopatía revisada de Hare (PCL-R) es una herramienta de evaluación psicológica desarrollada por el Dr. Robert Hare, que se utiliza para evaluar la presencia de psicopatía en las personas. Se trata de un inventario de 20 elementos de rasgos de personalidad percibidos y comportamientos registrados, que se completa mediante una entrevista semiestructurada junto con una revisión de "información colateral", como registros oficiales.

Machine Translated by Google

de las mismas categorías. Supongo que lo hicieron para ver si había una fluctuación en la puntuación del PCL-R entre los entrevistadores. También hicieron varias preguntas sobre mi hermano y supongo que le hicieron preguntas sobre mí.

Las preguntas que me hicieron sobre él, y supongo que a él también le hicieron las mismas, fueron principalmente sobre cómo había reaccionado a ciertas situaciones en el pasado, así como también sobre cómo predeciría que reaccionaría ante diversos escenarios.

Semanas antes de entrevistarme, me pidieron permiso para contactar a familiares para una entrevista, y les permití que contactaran únicamente a mi madre, quien recibió un breve cuestionario por correo.

Las preguntas abarcaron desde mis reacciones ante las muertes en la familia, la muerte inexplicable de mascotas y los problemas de conducta en la infancia.

Durante todo este proceso estuve muy tentado de manipular los resultados. Los tests de personalidad y los exámenes psicológicos para el empleo son una de mis aficiones para manipular.

Sin embargo, puedo decir que resistí la tentación y respondí a mis preguntas con la mayor sinceridad posible, principalmente porque mi curiosidad fue más fuerte que mi deseo de manipular los resultados.

En cuanto a las entrevistas en Canadá, las mismas se llevaron a cabo en mi habitación de hotel. Enviaron a un entrevistador por día durante tres días. Todos eran estudiantes de doctorado que habían recibido algún tipo de formación sobre el PCL-R.

Machine Translated by Google

Fue interesante escucharlos describir sus credenciales. Estudios de posgrado aquí, licenciaturas allá, investigaciones sobre esto y estudios sobre aquello... etc. Supongo que estaban intentando ganarse cierta confianza en sus habilidades.

Las preguntas eran diferentes en cada entrevista, pero obviamente estaban preestablecidas hasta cierto punto. No recuerdo todas las preguntas, pero la mayoría eran del tipo: "¿Cuáles describirías como tus fortalezas... debilidades?"

Me preguntaban sobre una situación personal, como la partida de mi padre o la muerte de un familiar, y me pedían que describiera el sentimiento que tenía sobre ellos.

Lo más interesante fue que algunos de los entrevistadores se mantuvieron estoicos y no expresaron ninguna reacción a nada de lo que dije. Los demás tuvieron reacciones fuertes, casi teatrales. En retrospectiva, me pregunto si estaban tratando de ver si yo reflejaría esas reacciones.

Las personalidades de los entrevistadores eran radicalmente diferentes. Algunos no estaban disponibles emocionalmente y actuaban como si realmente no quisieran estar allí.

Otros se mostraron empáticos con mis "luchas" en la vida y parecían preocuparse genuinamente. Creo que esto también estaba predestinado.

Si se observa la lista de rasgos de personalidad del PCL-R, las preguntas se repiten textualmente. Es fácil saber qué se intenta medir con cada pregunta.
Después de hacerme preguntas sobre mí, me hicieron casi exactamente las mismas preguntas sobre mi hermano.

Machine Translated by Google

Fred

Me gustaría decir que no soy diagnosticado por profesionales, sin embargo, gran parte de mi comportamiento encaja muy bien y las dos pruebas más utilizadas que tengo a mi disposición (es decir, sin la participación de profesionales) me ubican en esa zona.

También he recibido muchos comentarios a lo largo de los años sobre ciertos acontecimientos en los que se me ha acusado de comportamiento psicopático/sociopático.

Parece que tengo algunos rasgos bipolares7 y el grado de mi comportamiento está significativamente –aunque no exclusivamente– relacionado con ello. De manera similar, ciertas sustancias tienen un efecto similar.

Por ejemplo, la cafeína y la marihuana no solo tienen los efectos estereotípicos de motivación/desmotivación, sino que también modifican la gravedad del daño que probablemente pueda causar en un momento determinado. Esto podría interpretarse como "bueno, simplemente estás haciendo más", pero creo que es más que eso, cuanto más alerta estoy, más fácilmente me aburro y siento la necesidad de que suceda algo interesante.

En el caso del trastorno bipolar tampoco existe un diagnóstico oficial. Aunque estaría dispuesto a apostar una cantidad significativa de dinero en eso y en ser un sociópata.

Hace un par de años, mi madre confesó que se sentía algo culpable por no haberme revisado nunca cuando yo era pequeña, por miedo a que me etiquetaran.

7El trastorno bipolar, anteriormente llamado depresión maníaca, es una enfermedad mental que cursa con altibajos muy intensos y cambios en el sueño, la energía, el pensamiento y el comportamiento.

Machine Translated by Google

Es uno de esos pocos momentos irónicamente maravillosos en los que realmente lo dije en serio cuando le dije que ella no podía entender lo agradecido que estaba por esa decisión. Soy muy extremista. Puede que esto sea incidental, más que sistemático.

Sin embargo, creo que entiendo bastante bien algunos aspectos de las emociones. Sin embargo, es difícil decirlo, ya que he aprendido a comprender mucho a nivel conceptual, no experiencial.

Podría convencerte de que sé lo que es sufrir de verdad. Podría convencerte de que sé lo que es amar de verdad. ¿Qué te gustaría que comprendiera mejor? He aprendido las palabras y los rostros para todo eso.

De todos modos, eso es algo así como una tangente. ¿Parecía narcisista? Me resulta difícil juzgarlo, pero estaba buscando una observación irónica. Volvamos al tema.

Diana

Creo que su diagnóstico de trastorno bipolar aporta un elemento interesante. Facilitará mucho que la gente acepte un comportamiento extraño y cualquier irregularidad se pasará por alto fácilmente.

Hay un par de razones para ello. Como ya he mencionado, es un diagnóstico muy popular en la actualidad, lo que significa que se habla mucho de él. Además, no se entiende muy bien a menos que una persona se esfuerce más y estudie el tema.

Baso mi opinión mucho más en el conocimiento; mis instintos claramente juegan un papel en la mayoría de las

Machine Translated by Google

cosas, pero ese no es el único método que uso para determinar si una persona es realmente un psicópata.

He tenido mucho contacto con ellos a lo largo de los años y hay ciertas características que me permiten determinar si lo son o no. Como dicen, no es mi primer rodeo. Deben existir puntos en común para identificar comportamientos.

Fred

Nunca he buscado ayuda para el trastorno bipolar porque he tendido a evitar la medicación, a menos que esté precedida por la palabra “automedicada”. No tengo ningún problema en jugar con mi mente para reorganizar las cosas según mis gustos.

Al fin y al cabo, es mi mente. Tengo que vivir en ella. Lo que me parece que hace la medicación es permitir que otras personas reorganicen mi mente para adaptarla mejor a sus gustos. Mientras no esté dañando indebidamente a nadie, ¿por qué no debería ser quien yo quiera?

Entonces estaría complaciendo las sensibilidades neuróticas de la sociedad sólo para que no tuviera que enfrentar las partes de sí misma que le resultan incómodas.

Diana

¿En qué etapa de tu vida y edad aproximada empezaste a pensar que había algo diferente en ti y en el mundo que te rodeaba?

¿Puedes explicar cómo llegaste a descubrir que podrías ser un psicópata?

Machine Translated by Google

¿Hubo cosas que usted leyó que le llevaron a esa conclusión y le llevaron a obtener un diagnóstico?

Supongo que tenías una buena idea de cuál sería el diagnóstico, así que mi pregunta es bastante amplia en términos de ¿cuáles fueron algunos de los factores desencadenantes que te hicieron pensar en esa dirección?

Steve

Tenía 11 años cuando supe que no era como las demás personas porque vi a alguien morir frente a mí y todos se enojaron mucho por eso y yo no entendía por qué.

Mi madre pensó que yo estaba traumatizada y lo estaba conteniendo, pero yo no tenía ningún sentimiento al respecto. Desafortunadamente, todos los demás involucrados estaban muy molestos, así que comencé a destacar. Fui a su funeral porque no me desagradaban, así que la gente se calmó, pero esa fue la primera vez.

Un año después, una niña se ahogó y, por cierto, no fue mi culpa, pero tuve que intentar fingir que estaba conmocionada. Era difícil porque sabía que alguien probablemente se ahogaría allí, ya que no tenía vallas y la orilla era empinada.

Entonces ella murió, fin de la historia, pero la gente parece intentar hacerlo sentir culpable y se castigan por ello, por lo que su padre se volvió loco y su madre ahora bebe mucho.

Es curioso que la gente hable de honrar su memoria... Pero nunca piensan si están mirando

¿Abajo que tal vez los estás molestando al hacer cosas que te lastiman si les importa y todo eso?

Machine Translated by Google

Sólo pensé que podría ser así porque mis amigas me lo decían; todos los demás pensaban que era reservado sobre lo que sentía.

Diana

Según tu descripción de la zona donde se ahogó esta niña, era un lugar un tanto peligroso, así que puedo entender por qué los padres podrían culparse a sí mismos; sin embargo, parece que fue un accidente. ¿Era una zona de juegos común?

Steve

No era un lugar de juego común, pero era fácil llegar y ella no sabía nadar.

Diana

¿Crees en el cielo?

Steve

En realidad no creo en el cielo ni en un dios, pero suelo fingir que lo creo para pasar desapercibido o para que la gente confíe en mí. Todo esto no tiene sentido para mí porque, si alguien lo vio todo, ¿por qué la gente se sale con la suya haciéndose todo tipo de tonterías?

"

Quiero decir "Todo tiene una razón" No es suficiente para mí. Además, las contradicciones son demasiado numerosas en la religión.

Diana

¿Puedes describir con más detalle esos momentos decisivos en los que, al reflexionar, puedes ver que no te estabas comportando igual que los demás?

Machine Translated by Google

Factura

El momento decisivo es difícil. Como ya he dicho, en retrospectiva se me ocurren varios ejemplos de mi juventud que podrían haberle dado una pista a alguien sobre mi estado. Volví a ver esto en Irak, pero en un grado mucho mayor.

Las cosas que tuvieron un impacto perjudicial en mis compañeros marines no me inmutaron.

No tenía ningún conflicto moral ni me disgustaba la falta de humanidad de la guerra. En ese momento, no había duda de que yo era diferente.

Fue entonces cuando dejé de ser socialmente torpe y empecé a desarrollar mis habilidades y mi capacidad de reflejar mis emociones. En realidad, no me llevó mucho tiempo; pronto me convertí en amiga de todos. Esta constatación y el desarrollo de estas habilidades me abrieron puertas completamente nuevas. Dejé el ejército y perseguí objetivos profesionales, lo que me llevó a donde estoy hoy.

La luz de alarma se me ocurrió cuando estaba en el servicio militar, destinado en Irak. En una ocasión en particular, un camión se acercó al perímetro de nuestro puesto de observación. Cuando empezamos a emitir avisos para que redujéramos la velocidad y esperáramos en el puesto de control, nos dimos cuenta de que el camión seguía avanzando y aumentaba la velocidad.

Varias personas que se encontraban en el vehículo comenzaron a disparar en nuestra dirección. No nos costó mucho inutilizar el vehículo, un solo disparo del calibre 50 al bloque del motor.

Cuando el vehículo se paró, los ocupantes se marcharon y continuaron a pie. Cuando se acercaron lo suficiente como para ser peligrosos, nos dimos cuenta de que no estaban todos.

Machine Translated by Google

Hombres. Algunos de ellos eran jóvenes. Supongo que adolescentes. Sin embargo, estaban allí para matar a todos los que pudieran. No era la táctica más inteligente atacar un puesto de marines con un pequeño grupo de hombres y adolescentes armados con rifles anticuados.

En resumen, ninguno de ellos tuvo éxito y ninguno logró salir con vida. Mi trabajo, como médico, era ahora ir a buscar sobrevivientes y tratar a quien pudiera. Mientras revisaba los signos vitales, noté que los miembros de mi equipo tenían lágrimas en los ojos, rezaban o gritaban enojados porque alguien enviara adolescentes.

Yo tenía auriculares en un oído (escuchando la canción de "RENT", "One Song Glory") y me preguntaba si ese día recibiríamos un convoy de comida.

Y si la pregunta persiste en tu mente, déjame responderla ahora: disparé mi arma en defensa propia. No estoy seguro de si mis disparos no alcanzaron a alguien, ni me importa.

No hubo sentimientos de placer por sus muertes ni ninguna sensación de emoción o satisfacción.
He visto muerte y asesinato de cerca mientras estuve allí.

El hecho de haber tenido esta experiencia es la razón por la que no puedo entender cómo puede resultar atractiva para alguien. Supongo que, a nivel neurológico, es una forma de control.

Diana

Por lo que tengo entendido, la conciencia se forma entre los 3 y los 5 años, pero creo que realmente es algo innato, que es una cuestión de haber nacido así y no una elección.

Machine Translated by Google

Hace muchos años, alguien publicó algo que me quedó grabado: tal vez los padres no rechazan ni sienten repulsión por el niño, sino que es el niño el que rechaza.

Creo que es el concepto de esforzarse más: cuanto más educados sean los padres, más corregirán y trabajarán con el niño.
En los hogares menos favorecidos, el niño quedará abandonado a su suerte y probablemente se inclinará hacia el aspecto delictivo.

Fred

Algo que han dicho muchas veces de mí a lo largo de los años, profesores y demás, cuando yo era niña, es que no tengo ni un ápice de malicia o crueldad intencionada. Sinceramente, creo que es así.

Tengo MUCHO que aportar y mejorar.
Pero no, soy demasiado peligroso, presumiblemente por... cómo nací, pero para ser honesto creo que es la naturaleza y la crianza las que juegan un papel.

Predisposiciones genéticas que luego se modifican con el tiempo en función del entorno. Tal vez yo tenga el gen, pero tuve una educación tan amorosa que lo mitigó. Tal vez no, pero mi educación fue tan perturbadora que los rasgos se exageraron.

Yo era un caos en mi adolescencia. La encarnación del caos. No del mal. Del caos. Aprendiendo las reglas de los juegos que no tenían ningún sentido y a los que nadie parecía jugar bien de todos modos. Quiero decir... Diriges un sitio de apoyo para las víctimas de psicópatas.

Machine Translated by Google

¿Cómo crees que iba a ser yo en aquella época, como estudiante, amigo, hijo o modelo a seguir? La única vez que me permitieron entrar en la clase de Economía Doméstica después del primer año de secundaria fue cuando me habían expulsado de alemán de nuevo y había exámenes, así que no me podían dejar tirado en un pasillo.

Factura

De niño, era muy querido, pero no me interesaba demasiado hacer lo que hacían los chicos populares después de la escuela. Los deportes no me entusiasmaban y solo iba a las fiestas cuando necesitaba acostarme con alguien nuevo. Los profesores me querían mucho. A menudo conseguía prórrogas para las tareas, puntos extra o convencía a los profesores de que me calificaran según una curva.

Estaba en la posición de avanzada en matemáticas y ciencias y era presidente de Future Business and Career Leaders of America. También era presidente de un club cristiano; no recuerdo el nombre de ese club.
uno.

Tenía un grupo de amigos que me esperaban junto a mi casillero por las mañanas y a menudo venían a mi casa después de la escuela.

En realidad, odiaba a la mayoría de ellos. Lamentablemente, los necesitaba. Lo supe desde el principio: no llegaría muy lejos si no era "amistoso".

Digo que no era popular porque realmente no hacía mucho fuera de la escuela, salvo lo que sentía que era necesario para mantener mi grupo de amigos.

En retrospectiva, puedo notar la diferencia cuando era adolescente. En ese momento, no me di cuenta de la diferencia.

Machine Translated by Google

Es interesante. De niño no era muy popular. Ahora entiendo que esto se debía a mis inusuales reacciones emocionales ante las cosas. Mis expresiones emocionales nunca encajaron en la norma.

Diana

¿Conoce a otros psicópatas o sociópatas en su historia familiar?

Steve

Mi padre y mi abuelo tenían la misma visión que yo. Mi hermano no, ni tampoco mi madre.

Factura

Si es genético, supongo que lo habré heredado de mi padre.

Diana

Cuéntame sobre tu relación con tu familia. ¿Tu padre estaba en casa mientras crecías?

¿Crees que, en el fondo, tu madre sabe la verdad? Algunos padres han pensado, incluso sabiendo que su hijo era un psicópata en ciernes, que socializarlo más lo ayudaría a adaptarse mejor a la sociedad.

Y sospecho que también para evitar que vayan al corredor de la muerte. Admiro a los padres que piensan así, me maravilla su valentía. No estoy segura de lo que yo habría hecho.

Steve

Mi padre estuvo conmigo durante todo el tiempo que estuve creciendo. No hablamos mucho, pero podría haber sido solo yo, porque tiendo a no hablar mucho y me gusta

Machine Translated by Google

Mi espacio. Me crié en la misma casa que él, pero no toma decisiones empresariales inteligentes. A pesar de eso, diría que tiene éxito en lo que hace; tiene buenos ingresos.

Mi madre siguió en contacto con mi hermano, pero no conmigo. Creo que soy muy cercana a ella, pero eso es porque ahora vivimos en el mismo lugar. No estoy segura de qué significa eso para mí. ¿Se supone que significa algo más?

Mi madre no sabe que soy un sociópata, pero cree que mi padre lo es.

Fred

Si realmente imprimimos y aprendemos conductas para imitar y compensar, así como para buscar posiciones de ventaja, mi educación puede ser la respuesta. La familia de mi madre era muy cariñosa y con mentalidad social.

También fueron muy generosos. Aprendí los comportamientos, vi el valor de integrarlos, pero nunca los relacioné adecuadamente. ¿Qué opinas de esta idea?

¿Entiendes lo que quiero decir con respecto a la cuestión de la naturaleza y la crianza? El ángulo de "lo tienes o no lo tienes" parece demasiado reductivo, especialmente si existen factores neurológicos, de desarrollo y genéticos que pueden acumularse de diversas maneras.

Por ejemplo, apostaría cada centavo que tengo a que mi padre tiene la mayoría (no todos) de los marcadores genéticos y muchos de los marcadores de desarrollo, pero no todos los neurológicos. Francamente, ahora estoy convencido de que tiene TLP [trastorno límite de la personalidad], pero el

Machine Translated by Google

El gen del guerrero está casi emanando de él, por así decirlo. Eso sugiere que bien podría tenerlo, pero mi educación fue totalmente opuesta.

Esa es mi posición al respecto, y no creo que me moleste en hacer un diagnóstico adecuado ya que no represento ningún peligro y no quiero que me marquen de por vida con una etiqueta a medio hacer que se alimente del fuego de la ignorancia social.

Respecto a lo de los padres, creo que es culpa.
Nunca jamás podrán conciliar las siguientes cosas al mismo tiempo:

1) Él es mi hijo y lo amo.

2) Él es mi hijo, y es incapaz de corresponder a ese amor con la misma moneda.

3) Puede que yo haya jugado un papel en hacerlo así.
forma.

Y la pregunta obvia para (4) es "¿y está en mí también?" Por supuesto, son reacios a hablar. Si lo dijeran en voz alta, tendrían que escucharlo.
Verbalizar (o escribir) las cosas las hace más reales para la gente. Es un atajo de transmisión transhemisférica que elimina el amortiguador de mala calidad que nos dio la naturaleza y nos permite entender las cosas de manera diferente a si las hubiéramos pensado.

Es como aumentar el ancho de banda para poder ver todo en HD, si es que así lo deseas. Entiendo por qué no lo harán.

No creo que mis familiares lo sepan. En realidad, lo que me aterroriza es la idea de que se enteren. Sí, lo digo en serio.

Machine Translated by Google

Quiero mucho a mi familia. Mi hermano es un ser humano maravilloso, indudablemente mejor que yo, lo cual diría incluso cuando me siento más arrogante, y la idea de que alguno de ellos sufra me causa una gran angustia.

Factura

¿Sospecho que mis padres lo sabían? No. Vengo de un hogar lleno de amor y nunca sufrí ningún tipo de abuso.
Durante mi adolescencia, recurrí un poco a mis padres para conseguir dinero o lo que quisiera.

Pero no era una casa especialmente estricta, así que no era necesario mentir. Mi abuelo me malcrió mucho cuando era pequeña, así que robar tampoco era realmente necesario.

Mi hermano y yo tenemos padres diferentes. Mi padre se fue cuando yo era pequeña, así que no tengo una relación muy estrecha con él. Soy más sincera con mi madre. En realidad, no le miento. Vivimos en lados opuestos del país.

Me uní al ejército a los 17 años y nunca volví a casa. Cada año, más o menos, llevo a mi madre a mi casa en avión. Tenemos un pequeño negocio juntos, que ella dirige durante mi ausencia.

Mi madre se divorció de mi padre después de que él la engañó. Mi madre es una mujer fuerte, así que no me sorprende que tuviera la fuerza para divorciarse de él. Mi padre siguió en contacto conmigo de vez en cuando hasta que tuve unos 10 años, supongo.

Se casó con otra mujer que ya tenía dos hijos. Nunca pagó un centavo de manutención infantil y tuvo varios negocios fallidos. Puso los negocios

Machine Translated by Google

a nombre del padre de su nueva esposa para evitar la manutención de los hijos y el embargo del salario. Aproximadamente un año después de este nuevo matrimonio, dejó de hablarme por completo.

Lo último que supe es que está divorciado de nuevo y vive con su madre. Si heredé el gen psicópata de él, sin duda tengo una versión más exitosa. Esto plantea un buen punto sobre ser diferente cuando eres un niño.

Mi madre me consiguió un terapeuta después de que mi padre dejara de comunicarse conmigo. Dice que fue porque esperaba que la experiencia me causara algún trauma emocional. No recuerdo mucho sobre las sesiones, pero sí recuerdo que pensé que no eran necesarias.

No me sentí diferente después de que se fue. Sin embargo, disfruté de la atención. No tenía ningún deseo de volver a conectarme con él y aún hoy no lo pienso.

Tengo mi propio "código", por así decirlo. Hay ciertas cosas que no hago, a menos que se den circunstancias extremas. Una de ellas tiene que ver con mi madre y mi hermano.

No siempre soy justa con ellos, es cierto, pero tampoco hago nada que pueda dañarlos. Para mí, eso es casi lo mismo, ya que son los únicos a los que se aplica esta regla.

Diana

¿En tu vida te encuentras con otras personas que crees que son más parecidas a ti? La gente suele preguntarse qué hace un psicópata en presencia de otra persona. ¿Es eso lo que ocurre?

Machine Translated by Google

¿Un psicópata masculino se sentiría atraído por tu versión femenina o por alguien del mismo sexo que tú?

Fred

Una psicópata que tuviera confianza y una sencillez superficial sería una perspectiva muy atractiva. Sin embargo, no me gusta que jueguen conmigo, así que en realidad terminaría en una situación de peleas esporádicas y eternas, por diversión, por aburrimiento, porque sí. No sé.

¿Por qué alguien hace algo? Sé que hay muchas razones para no hacer cosas y la gente piensa mucho en ellas. Se presta menos atención a por qué hacen las cosas que hacen, de hecho, o a por qué inician una guerra.

Definitivamente, hay un cierto grado de reconocimiento, aunque sea algo así como "así que te pareces un poco a mí, ¿no?". Otras veces es bastante obvio. En las personas, que no veo a menudo, es más difícil darse cuenta, ya que puede ser un destello de TLP [trastorno límite de la personalidad] o algo más.

Entiendo que hay una superposición sustancial en la definición de comportamientos, por lo que esto tendría sentido.
También me consideré "normal" durante mucho tiempo (no me refiero a promedio, obviamente. Simplemente no esto), así que "un poco como yo" era todo lo que tenía para seguir, en su mayor parte.

Uno de los padres de mis amigos cuando era niño sin duda lo era, pero no era muy funcional. Me llevaba bastante bien con él; era muy divertido y muy inteligente. Lamentablemente, también era muy malo para ocultar su frustración y desprecio constantes, lo que significaba que una interacción breve estaba bien, pero nos evitábamos.

Machine Translated by Google

para cualquier compromiso prolongado. Estoy bastante seguro de que él sabía lo que soy, incluso si yo mismo no me di cuenta en ese momento.

Tuve una ex que definitivamente está en algún lugar del espectro, pero tan lejos en el eje narcisista que comete errores porque está muy llena de sí misma.
Ella no tiene idea de que lo soy, pero sobre todo porque cada vez que nos juntamos, le dejo una carta o un discurso idiota y lloriqueante, plagado de mensajes que ella pasa por alto.

Ella piensa que todos los hombres han sido "arruinados por su madre" de todos modos, por eso lo hago; sé que la alejaré por un tiempo, pero mantendré su interés si lo deseo de nuevo. Sin embargo, no espero saber nada de ella por un tiempo todavía.

Creo que todavía está enojada por la última vez, cuando de repente la victoria resultó haber sido un espejismo.
Mi colapso lúdico está totalmente fuera de lugar y, para ser honesto, ella ya debería darse cuenta de eso.

Sin embargo, ella también cree que tiene la llave de mi corazón, porque eso es lo que quería tener, así que me aseguré de que creyera que la tiene. Es muy divertida y no le tengo miedo, pero tampoco soy completamente estúpido. Sería como jugar con los seis asientos en una partida de ruleta rusa.

Sí, es posible que ganes cinco veces seguidas y luego puedas retirarte, pero probablemente decorarás el lugar con las ruinas de tu posesión favorita.

Siempre habrá un elemento de narcisismo.
Una necesidad de exhibirse. En muchos casos, existe placer en ser temido como algo "diferente", más allá del Ken.

Machine Translated by Google

de los mortales. También existe al menos un acercamiento bastante libre y fácil a la verdad. Esto no quiere decir que todo sea mentira, pero vale la pena considerar si se está exagerando para obtener una reacción particular.

Nadie quiere ser aburrido para los demás, y menos aún un narcisista. La idea de que alguien sea tan inteligente, tan capaz de manipular el comportamiento humano y tan despiadado como para no preocuparse por nada es como una especie de vampiro del siglo XXI, con el glamour y el misticismo que eso conlleva.

Sobre esta base, le advertiría que no permita que ninguna de las personas que está entrevistando intente hacer que se concentre demasiado en un área u otra.

¿Sucede? Por supuesto que ocurre. ¿En qué medida es integral, extremo o planificado? Es probable que esto varíe. Algunos intentarán ocultar el alcance de sus acciones; otros las exagerarán.

No sé qué obtienen los demás de sus intercambios, pero es bastante probable que de una forma u otra incluyan autoengrandecimiento.

Ámame, tememe... en realidad no importa cuál, siempre y cuando me prestes atención, y yo pueda interpretarlo como adulación.

(El "yo" de arriba es similar al "tú" general que especifiqué antes, en lugar de mis respuestas personales a estas cosas. Estoy tratando con mucho esfuerzo de ser lo más honesto posible y creo que lo estoy haciendo bastante bien.

Machine Translated by Google

Factura

En realidad, no he investigado las interacciones de los psicópatas con otros psicópatas ni su capacidad para identificarse entre sí. Mi instinto me dice que les resultaría difícil identificarse entre sí.

Dado que la mayor parte de nuestra comprensión de los sentimientos proviene de la reproducción de las señales de aquellos que los tienen, me imagino que convencer a otro psicópata que creo que sería fácil.

No tienen forma de saber si mis respuestas "emocionales" son normales, ya que simplemente están imitando mis emociones.

La persona en particular de mi oficina, de quien sospecho que es psicópata, se dejó manipular. Se dejó manipular y me dio buenos resultados durante años hasta que dejó de hacerlo.

Esta relación fue mutuamente beneficiosa. Ahora hemos llegado a un punto en el que nuestros intereses se oponen. Ahí es donde empecé a ver detrás de la máscara. Sin duda, ha preparado el escenario para una próxima batalla de proporciones épicas.

El truco, la diversión, será ganar sin dañar mi credibilidad. Es un verdadero desafío. Si bien es trabajo, lo disfruto porque no será tan sencillo como nada de lo que he hecho antes. En cuanto a poder mantener el ritmo, no tengo dudas de que prevaleceré.

En cuanto al atractivo, tienes toda la razón.
Los más atractivos tienen cierta ventaja. Yo estoy en buena forma, pero nunca podría ser modelo.

Machine Translated by Google

Los rasgos físicos ayudan a crear la primera impresión y, si se combinan con una personalidad o una máscara atractivas, pueden tener rienda suelta en la oficina. Todos estos son atractivos superficiales de la gente "normal" que alimentan a la persona atractiva.

Mi capacidad de ser NECESARIO es mucho más eficiente y productiva a largo plazo.

Diana

Otros han dicho que querían aprender porque ciertas cosas y patrones seguían sucediendo y no estaban muy seguros de cómo identificarlos exactamente.

¿Ha tenido mucho tiempo para leer los comentarios de las víctimas en mi foro de discusión? Y, de ser así, ¿hubo áreas que llamaron su atención más que otras?

Hay muchas discusiones sobre cómo las víctimas ven los ojos, el sexo y una variedad de cosas.

¿Te gustaría iniciar la conversación respondiendo algunas de las preguntas anteriores y luego ver qué es lo que más te llama la atención para que lo exploremos?

Factura

Supongo que mi interés por otros psicópatas y sus víctimas se debe a mi admiración por la manipulación inteligente. Además, el más desastroso de mis fracasos siempre ha incluido el encuentro con otro psicópata en mi ascenso en la jerarquía.

Machine Translated by Google

Si no los reconozco lo suficientemente pronto, pierdo un tiempo valioso intentando establecer ese "vínculo" necesario para una manipulación exitosa. Cuando me topo con un psicópata en una posición que me interesa, se prepara el terreno para un choque de titanes. Este es un desafío al que me enfrento actualmente.

Estos conflictos pueden acabar saliendo a la luz pública y generar una atención que no beneficia a ninguna de las partes, lo que hace necesaria una estrategia totalmente diferente.

Un psicópata, por otro lado, mostrará un carácter que no es el suyo (o, menos comúnmente, el de ella). Hacerte creer en debilidades que no existen. Identificar a esta persona a tiempo me daría una clara ventaja.

Sin embargo, no creo que alguna vez haya mirado a alguien y haya pensado "sí, está en el club". Busco debilidades o áreas que pueda explotar cuando conozco a alguien. Supongo que aquellos en quienes tengo dificultades para detectar una debilidad podrían ser psicópatas.

Piénsalo de esta manera: lo que identifico como una debilidad es a menudo una emoción. Ya sea depresión, lealtad, orgullo o ira, todo es una respuesta emocional. Tu debilidad es tu emoción.

Un psicópata no tiene esta debilidad. Si no puedo encontrar una debilidad a mi alcance, a menudo recurro a otro objetivo.

¿Quizás estas personas que paso por alto sean psicópatas? Es un concepto interesante, con el que tendré que jugar y ver si tiene una aplicación práctica en mi consultorio.

Machine Translated by Google

Si existiera un Club de Psicópatas, no creo que tuviera muchas reglas. Sin duda, creo que seríamos muy productivos si trabajáramos juntos en pos de un objetivo común.

El problema que veo en esto es que obviamente no hay lealtad. Sin duda recurriría a ellos para salvarme o para aumentar mis ganancias.

Me interesan especialmente los debates que se mantienen en vuestro foro sobre los psicópatas y el miedo, así como las publicaciones sobre el sexo con un psicópata. Este comentario que aparece en vuestro foro me ha parecido muy interesante:

> El psicópata que estuvo en mi vida solía mostrar una gran ansiedad enrojeciendo intensamente la cara y el cuello, y sus dedos, manos y pies martillaban casi hasta destruir todo lo que tocaban.
>
> En cuanto a lo que causaría la ansiedad, podría ser algo como poner una buena cara pública mientras se quiere comportar de manera abusiva, casi como si fuera tan difícil contenerse que su verdadero yo estuviera saliendo de su piel y de sus pies.
>
> Por cierto, ¡mirar debajo de la mesa el movimiento maníaco de los pies de un psicópata es realmente revelador!
>
> ¿Cómo pueden mover sus pies tan rápido y aún así mantener la mitad superior con una apariencia tan "normal"?

Esto se publicó en la sección (hilo del foro) de "¿Los psicópatas sienten miedo?". ¿Cuál es su miembro?

Machine Translated by Google

Lo que aquí se explica no es ansiedad ni miedo, sino un intento de controlar los impulsos.

La emoción primitiva de la ira es la causa de la psicopatía. Es algo que a menudo nos resulta difícil controlar. Experimento esta sensación en casi todas las reuniones de directorio.

Resistir el impulso de "desquiciarme" ante una estupidez o una acusación (a menudo verdadera) es algo que se siente físicamente. Sabiendo que el arrebato sería contraproducente, hago todo lo que puedo para contenerlo. Este control se está volviendo más fácil.

Hay días, sobre todo días en los que estoy cansada o ya he sufrido contratiempos, en los que este control de impulsos resulta especialmente difícil. También es interesante escuchar la percepción de algunas acciones que me han visto hacer, como esta publicación.

Diana

Un trágico robo a un banco se cobró la vida de varias personas inocentes. Los clientes inocentes fueron baleados a quemarropa cuando entraron al banco. Tuvo y sigue teniendo un gran impacto en esta pequeña comunidad. Los ladrones ni siquiera se llevaron dinero.

Afortunadamente, los atraparon a las pocas horas mientras comían en un restaurante de comida rápida. En el juicio, el cabecilla afirmó que era un psicópata y que no debía ser considerado responsable de este horrible crimen.

Está claro que su razonamiento no funcionó, ya que todos están encerrados para siempre. La única persona que tal vez no era un psicópata fue

Machine Translated by Google

El conductor que se dio a la fuga, abandonó el lugar. Afortunadamente, a los ojos de la ley, eso todavía lo hacía tan culpable como los que cometieron el asesinato.

Los criminales que asesinaron a toda esa gente inocente no me interesan. No perdería mi tiempo en viajar a la cárcel para entrevistarlos.

Lo único que preocupa al público es la psicopatía y el asesinato; he ampliado mi pensamiento a lo largo de los años.

Los psicópatas no criminales me parecen más interesantes que los que asesinan, ya que identificarlos supone un mayor desafío.

Factura

Tiendo a estar de acuerdo con tu opinión sobre los psicópatas violentos. En realidad, no es la condición psicopática lo que los lleva a asesinar. Puede ser un conducto que les permite matar sin remordimientos, pero casi siempre hay factores identificables, ajenos a la psicopatía, que conducen a los asesinatos. Por ejemplo, John Gacy. 8 ¿ Era un psicópata? Estoy seguro de que lo era.

¿Fue la psicopatía lo que le llevó a asesinar a niños y colocarlos bajo las tablas del suelo? No. ¿Fue la psicopatía lo que le permitió hacerlo sin sentirse culpable? Sí. Si bien la psicopatía es un componente clave, es cómplice y no el autor principal.

---

8 John Wayne Gacy, Jr., también conocido como El Payaso Asesino, fue un asesino en serie y violador estadounidense convicto que agredió sexualmente y asesinó al menos a 33 adolescentes y hombres jóvenes entre 1972 y 1978 en Chicago, Illinois.

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

CAPITULO TRES

Autoimagen: el bien contra el mal

"Las palabras, como la naturaleza, mitad revelan y mitad ocultan.
"el alma interior."
—Alfred Lord Tennyson

Diana

Dime cómo te describirías a ti mismo.
¿Crees que eres una buena persona?

Steve

Tengo algunas virtudes: para empezar, trato de no ser violento en mis relaciones y de que mis parejas no vivan con miedo. El hecho de que sea controlador y manipulador no significa que sea cruel o sádico.

Fred

No sé si soy una buena persona o una mala persona.
¿Soy una buena persona que es mala en eso? ¿Soy una mala persona que intenta ser buena?

Y tal vez, sólo tal vez, a veces soy un tipo genuinamente decente según los estándares normales. Yo diría que eso es todo lo que cualquiera es y que simplemente soy más consciente de mí mismo. No en el sentido social, tal vez, sino en las respuestas que encuentro cuando me miro a mí mismo.

¿A quién ves? “Oh, no sé. Supongo que alguien que solo quiere amar la vida y encontrar a alguien con quien compartir el viaje”, “Un corazón gentil y amable que tiene un poco de miedo de que lo lastimen” y “Un vagabundo solitario que solo busca respuestas como todos los demás”. No. No lo sé. Tal vez nada.

Machine Translated by Google

No me considero una mala persona. En general, creo que actúo con intenciones bastante benignas y que la mayor parte del daño se produce cuando la gente se acerca demasiado y espera encontrar algo diferente de lo que es.

Es como si estuviera cubierto de ganchos y gente esponjosa se pegara a mí, solo para ser destrozado por el proceso de ser liberado nuevamente.

Pero si me preguntas por qué hago algo, la respuesta honesta generalmente será: “porque tengo ganas”, “porque me interesa” o “porque es la mejor respuesta” o algo similar.

No soy, pienses lo que pienses, del todo insensible, cruel o incivilizada. Incluso disfruto siendo agradable, amable, "normal" en cierto modo. Y más aún cuando soy capaz de "ser yo misma" al mismo tiempo.

Si mis razones anteriores no te parecen suficientes, puedes añadir a la lista: “Porque tiene valor para mí” o “La apertura es una novedad”. No cambia nada, pero es cierto.

Parece que justo cuando empezaba a sentirme segura de que era una buena persona, debo afrontar el hecho de que, en muchos sentidos, no lo soy. Incluso cuando me esfuerzo muchísimo por ser una buena persona.

Como mencioné antes, para mí este es un proceso de descubrimiento. Creo que soy (¿muy? Creo que sí) funcional, ya que mi educación me incorporó muchas cosas sociales "positivas" y algunas de ellas se quedaron.

Machine Translated by Google

Las primeras huellas. Mis copias maestras. A lo que más he recurrido. Eso significa que, fuera de relaciones personales más cercanas, es poco probable que alguien tenga motivos para sospechar algo o temer que le cause algún daño. Parezco una persona equilibrada, un tanto "semiconservadora", tranquila, segura de sí misma y generosa.

También soy comprensiva. Muy comprensiva. Todos acuden a mí cuando tienen problemas muy graves. Creo que es porque mis consejos son buenos y los conozco lo suficientemente bien como para expresarlos en términos que tengan sentido para ellos como individuos.

¿Qué tal esa redacción? Quiero decir, en serio... ¿no suena mucho mejor que "Reflejo la imagen de quienes pueden lidiar con el problema de manera eficaz y sin demasiada culpa"? Sin embargo, significan lo mismo. En cualquier dirección.

Factura

¿Has oído el término Puppet Master en relación con los psicópatas? Si tuvieras que clasificar a los psicópatas, esta es la categoría que mejor describe mis tendencias.

Diana

Mucha gente dice que los psicópatas son malvados.
¿Que piensas al respecto?

Fred

Espero no haberme conformado hasta ahora con lo "vil y malvado". (Me encantan las palabras) expectativas. Es interesante pensar de manera diferente así, así que por mi parte estoy disfrutando de nuestra conversación. Está bien; eso no es una

Machine Translated by Google

Incitación a corresponder. Quiero decir, lo es. Pero no lo es.
Esa no es su función en esta ocasión.

No soy un monstruo. Nadie muere, nadie se arruina. Parezco aburrido en las bodas y no digo "no" cuando alguien que me importa me pide que lo haga feliz. Pero, ¿"malvado", "escalofriante", "sin corazón"?

Diana

Quizás lo vil y lo malo vengan de nosotros. Diferencia. Puede que consideres vil y malvado en un contexto que no entiendo. Ayúdame a responder a tu pregunta sobre por qué la gente piensa en términos de miedo a lo que un psicópata puede hacer en lugar de lo que está haciendo, si entiendo bien la pregunta. Si puedes, dime qué crees que es vil y malvado.

Factura

Maldad es un término fascinante, que creo que no tiene ninguna aplicación real en la era moderna. Es un término que se utiliza para describir lo que la gente se niega a creer que está en la naturaleza humana. Estoy seguro de que no estará de acuerdo conmigo, así que pregunto: ¿qué se puede considerar malo?

¿Cómo puedo ser malvado, un hombre que nunca ha matado a nadie, si el mal se describe como el robo al banco del que escribes? Supongo que, para ti, el mal se encuentra más en la intención de una acción que en la acción en sí. A esto, respondo que mi intención nunca es dañar económica o profesionalmente a nadie.

Cuando me concentro en un puesto actualmente ocupado, mi objetivo no es perjudicar al titular. Simplemente quiero que se aparte de mí. No importa si se ve perjudicado en el proceso o si encuentra un trabajo mejor en otro lugar.

Machine Translated by Google

Preocupación. Es cierto que lo primero es más frecuente.
¿Cuál es entonces la intención?

¿Por qué se llamaría a eso maldad? ¿No es ambición, un rasgo que comparto con los no psicópatas?

Sí, no se puede hablar de psicopatía sin hablar de asesinato. Al fin y al cabo, eso es lo que genera titulares.

El asesinato es un desperdicio de talento para un psicópata. Todavía no he comprendido su atractivo. El riesgo supera con creces cualquier posible recompensa. Lo considero una chapuza y la peor forma de fracaso.

En su relato sobre el banco, me resulta desconcertante que el ladrón siquiera haya considerado que valía la pena la aventura. El botín medio que se obtiene en un robo bancario es mínimo y el riesgo es absurdamente alto.

Incluso si los robos tuvieran éxito, nunca se podría disfrutar del dinero en su totalidad, como cualquier psicópata querría disfrutarlo. Por eso no me interesan los delitos violentos. Rara vez tienen éxito y puedo obtener los mismos resultados sin la violencia ni la atención de las fuerzas del orden.

Fred

No estoy seguro de lo que quieres decir con vil/malvado. Son anagramas de gran elegancia. "Vil" es repugnante.
¿Estoy en lo cierto? Repugnante. El mal es simplemente eso aplicado al comportamiento humano. El mal es un comportamiento vil. Fealdad. ¿No?
¿Sí? Quiero decir que encaja perfectamente. La explicación funciona.
¿Coincide esto con tu explicación?

Así lo entiendo yo. Buen comportamiento = comportamiento hermoso.
Mal comportamiento = comportamiento feo.

Machine Translated by Google

estar más seguro, pero realmente no coincide con cómo todos se tratan en la práctica.

Diana

No estoy aquí para juzgarte, ni para llamarte vil o malvado. De ninguna manera te estoy señalando.
Ya sabéis cuál es el propósito de mis escritos: discutir todos los aspectos del asunto.
Nuevamente aquí podrías ayudarme explicándome si sientes que tienes conciencia.

Fred

No estoy enfadada. Creo que lo entiendo. De todos modos, el punto es importante porque es precisamente lo que estoy diciendo: la única diferencia es que lo sé y lo acepto tal como es.

No puedes complacer a todo el mundo todo el tiempo.
A veces no se puede complacer a nadie. Es una situación desafortunada y todos los involucrados deben analizarse a sí mismos con detenimiento. Yo también lo haría, pero no puedo. Ya sabes cómo es la cosa: no hay alma.

No lo digo con mala intención, pero imagínenselo.
Imagínese que fuera yo. Nos dicen que pensemos por nosotros mismos y luego nos crucifican cuando lo hacemos. Soy consciente de que no lo dice con tono hostil, pero ese es el quid de la cuestión, ¿no?

¿Cuál es la realidad? Todos los X son Y. Fred es un X; por lo tanto, Fred es Y. Sociópatas, psicópatas, cualquiera sea el término que se haya usado; el debate se enmarca en la comprensión: son malvados.

Somos malvados. Yo soy malvado. Hablamos de conciencia, pero ¿no estás diciendo también que "es sólo un negocio"?

Machine Translated by Google

general", "en general", "típicamente". ¿Es decir? No.
Personal. Por el bien común.

Como ya he dicho antes, no soy un mal tipo. Soy menos crítico que la mayoría y, debido a mi "discapacidad" (enfermedad mental, trastorno de la personalidad), me alejo un poco de la línea de lo que encaja mejor que un imbécil arrogante y superficial ha trazado a través de comportamientos sociales y ha etiquetado como "normal".

Eso es todo. Sin embargo, mucha gente me trataría como a un paria, una especie de misionero satánico.

Probablemente hago más por los demás que cualquier veinte persona promedio combinada, pero como puedo arremeter y hacer cosas psicológicamente ingeniosas, me etiquetan como el anticristo y la gente, como en tu foro, clama por mi sangre. Yo no pido la de ellos. Quiero que sean felices y se encuentren a sí mismos.

Incluso me lanzaría a una relación con ellos para intentar ayudarlos a ser mejores personas, más felices, para evitar que cometan errores. Puedo resolver sus problemas.

Hoy me siento bien. He encontrado dos buenas canciones, así que las estoy aprendiendo. Tienen un buen ritmo, son frenéticas. Totalmente imparables. Una de ellas es de una banda llamada The Pretty Reckless: Heaven Knows.
El estribillo dice: “Oh Señor, el cielo sabe que pertenecemos muy abajo”.

De manera desafiante. Sin arrepentimiento. Sí, ahí es donde iremos, si es que vamos a algún lado. Es donde todos quieren que vayamos. Nada personal, por supuesto. Simplemente lo hacen. ¿Por qué luchar contra eso? De todos modos, no es real y, aunque

Machine Translated by Google

Es que soy lo que soy. Esto es lo que alguien me hace, para sus propias necesidades. Me mandan al infierno. Lástima. Odio. Satisfecho con la idea. Pero no lo soy.
cuidado.

Se imaginan una victoria porque se sienten tan incómodos con la idea de la derrota como yo. La diferencia es que yo solo me conformo con una derrota real. De lo contrario, afronto la derrota y dejo que me queme hasta que aprenda de ella. Mejore.

La cuestión es que creo que la frase "lo tienes o no lo tienes" no es del todo exacta. La gente decía lo mismo sobre la homosexualidad y la depresión.

Nada es tan sencillo. Créanme, nada es blanco o negro. La gente piensa que es así porque cree que "verdad" significa una sola cosa. No es así.

Hay todo un espectro de nosotros. Algunos son crueles y despiadados y les dan medicamentos a sus parejas para fastidiarlas. Otros tienen buenas intenciones pero están confundidos y son inadvertidamente destructivos.

¿Es que me estoy presentando a mí mismo de una manera positiva? No. Estoy comprometido con la honestidad y pienso mantenerme fiel a ella. Esa es mi evaluación honesta y apostaría todo lo que tengo a que tengo razón. Sin pensarlo dos veces.

Diana

Estoy de acuerdo en que el problema es limitarse a ver las cosas en blanco y negro y no permitir que se vean los grises. Creo que, como ocurre con la mayoría de las cosas, hay muchas, muchas capas.

Machine Translated by Google

Quizás sea la falta de gris junto con los juicios que hace la gente.

Creo que en el caso de los psicópatas es más fácil para algunos ver sólo los aspectos en blanco y negro; no es posible que sientan las mismas emociones que yo. ¿En serio? No lo sé; no tengo forma de saberlo.

Apenas puedo controlar mis propias emociones y no tengo capacidad para estar dentro de la mente de los demás, y si lo hiciera, eso me convertiría en una superpersona. Nadie tiene esa capacidad, que yo sepa.

Sólo puedo decir que todos tenemos emociones y todo está abierto a debate porque estamos separados y no podemos meternos en la mente de los demás.

Puedo decir por mis entrevistas que probablemente compartimos muchas cosas que podrían sorprender a algunas personas que quieren colgar a todos los psicópatas en la hoguera.

Fred

El blanco y el negro son sólo direcciones, como la izquierda y la derecha. No somos simplemente nuestra genética. Somos una expresión de cómo nuestros genes interactúan con un mundo dinámico, complejo y cada vez más abstracto.

El hecho de que tengamos un gen que hace que nuestros ojos sean azules y otro que nos hace enojar o sentir miedo no significa que todos esos genes sean igualmente dominantes e inviolables.

Machine Translated by Google

Nuestras mentes pueden entenderse como un mecanismo de comprobación de errores para mantener nuestra genética bajo control, porque no pueden evolucionar tan rápido como lo hace el mundo y carecen de contenido útil más allá de "sobrevivir y hacer más copias".

Hemos desarrollado algo que puede comprobar la idoneidad de las respuestas genéticamente predispuestas frente al entorno actual.

Cuando vives en una cueva y cazas en las mismas llanuras que un tigre dientes de sable, el impulso de responder a algo que de repente carga hacia ti intentando matarlo lo más rápido posible es completamente apropiado.

Cuando vives en una casa y lo más peligroso que puedes encontrarte en un año determinado es un gato doméstico, no es tan así. Pero nuestros genes no lo saben y por eso estamos aquí para vigilarlos.

Recuerdo haber visto un documental hace algún tiempo (creo que ya lo habrás mencionado en nuestros correos electrónicos anteriores, pero últimamente he pasado por un momento muy complicado, así que perdóname si me equivoco) sobre un tipo que estaba investigando a los psicópatas. Solo por curiosidad, se hizo pruebas genéticas a sí mismo y descubrió que tenía el llamado "gen del guerrero" y muchos rasgos de psicopatía.

Sin embargo, debido a que tuvo una vida muy amorosa, estable y comprensiva, no fue nada de eso; su funcionamiento fue increíblemente alto. De ahí mi insistencia aparentemente injustificada en que creo que es más complicado que simplemente "es o no es". O mejor dicho, si nos interesan los aspectos conductuales, entonces tal vez debamos separarlos de los fisiológicos.

Machine Translated by Google

¿Realmente importa qué es lo que posibilita el comportamiento sociopático o narcisista? Por supuesto que importa; es de gran interés y podría proporcionarnos enormes beneficios a todos si pudiéramos descubrirlo. Pero, además, las causas en sí mismas no son un problema; lo es la forma en que se expresan.

El problema es el comportamiento psicopático, no los genes ni los entornos psicopáticos.

Si alguien con todos los marcadores genéticos de un verdadero personaje tipo Patrick Bateman9 puede ser un hombre de familia amoroso y feliz con una carrera exitosa que ayuda mucho a otros, me parece que claramente son los comportamientos los que constituyen el problema.

Las piedras no son un problema, pero el comportamiento de arrojar piedras a otros sí lo es.

También está la cuestión de qué se define como “problema” y el hecho de que aportamos mucho a esta definición y luego lo vemos como parte de lo que había antes de que llegáramos.

Tienes razón al señalar esto, ya que es similar al viejo adagio de "el terrorista de uno es el luchador por la libertad de otro".

---

9 Patrick Bateman es un personaje interpretado por Christian Bale en American Psycho, una película del año 2000. Patrick Bateman es un hombre rico Banquero de inversiones de Nueva York que oculta su ego psicópata alternativo a sus compañeros de trabajo y amigos mientras se adentra más en sus fantasías ilógicas y gratuitas.

Machine Translated by Google

Diana

¿Te “pones una máscara” para parecerte a otras personas? Si es así, ¿se trata de una personalidad específica o de una persona compuesta?

Fred

Lo que llamamos máscara no está ahí para ocultar algo, sino para cubrir la ausencia de algo. O, si hay algo ahí, es algo primario: una voluntad inquebrantable de interés propio y un odio hacia todo lo que se le oponga.

Las situaciones que provocan miedo en una persona promedio inspirarán, en cambio, odio hacia los animales y una necesidad abrumadora de destruir la amenaza. Esta es la estática que las experiencias o bien tranquilizan (es deseable) o antagonizan de manera intolerable.

Lo que hay detrás de la máscara es la nada, rodeada de estática impulsiva. Descubrí esto por accidente hace unos cuantos años, aunque obviamente no sabía cómo llamarlo ni ningún contexto al que darle más allá de “quién soy realmente”.

Siempre he sido consciente de que tengo rasgos sociopáticos y este tema, por encima de todos los demás, me ha fascinado desde que tengo memoria.

No sé si ese vacío es el lugar donde debería haber crecido una persona "normal". Durante mucho tiempo -y en cierta medida, todavía hoy- creí que todo el mundo es así. Creo que esto es importante, ya que, al reflexionar sobre algunos de mis comportamientos en ese momento, creía sinceramente que solo actuaba de manera racional, razonable y como lo harían otras personas.

Machine Translated by Google

A mí me parece que todos los demás llevan máscaras y realizan representaciones de rituales que ellos etiquetan como “amar”, “cuidar”, “compartir”, “mostrar interés”, etc. Eran hipócritas al sentirse heridos por mis acciones cuando ellos mismos hacían lo mismo.

El uso de la apelación emocional contra mí es una forma de chantaje y, por lo tanto, un intento hostil de control. En retrospectiva, esto -con una excepción-
Probablemente fue una proyección de mi parte.

Si he de creer lo que la gente dice sobre sus propios sentimientos internos, lo único que podría decir es que estoy "vacío". Hay una sensación muy desagradable asociada con cualquier percepción directa de este vacío/nada y creo que eso puede ser un motivador -al menos en mi caso personal- hacia la estimulación constante.

Dudo que me sea posible comunicar cuán intolerable es el aburrimiento.
Lo más cerca que pude llegar, creo, es que se siente como si mi mente se volviera del revés en presencia de una luz deslumbrante e insoportablemente brillante.

Desorientación existencial. ¡Qué demonios! En mi escala personal de lucha-huida, el aburrimiento desencadena ambas respuestas en estado de alerta máxima. Hay que evitarlo.

Y creo que esa "nada" es la razón por la que no se puede razonar con nosotros, al menos en términos normales. Una persona normal no puede predecir ni comprender a esas personas porque no hay nada que comprender, tal como lo verían ellos.

Machine Translated by Google

Todo es inmediatez, supervivencia y ventaja.
Las reglas del juego de Pirandello.10 Creo que se pueden aplicar de manera efectiva sin ninguna "mala conducta moral" grave y estoy bastante orgulloso del grado en que logro hacerlo, considerando lo que he llegado a comprender que es "mi naturaleza".

No todos somos iguales, pero en lo que se refiere a las relaciones personales, todos debemos evitarnos. No estamos jugando el mismo juego.

Incluso cuando intentamos mantener cierto grado de calma a nuestro alrededor, destruimos cosas; incidentalmente, inconscientemente, simplemente por costumbre.

Mi interés en todo esto es profundizar mi autoconocimiento y desarrollar formas de vivir con el mínimo de perturbaciones en mi vida. Con el paso de los años, he aprendido que la mejor manera de lograrlo es minimizar las perturbaciones en la vida de quienes me rodean.

Dejé mis mejores cosas en mi otro traje. El que uso para gustarle a la gente. Porque eso es lo que tengo que hacer: vestirme elegante para gustar. Nunca he intentado comportarme como un "grupo de esqueletos" cuando estoy con alguien en persona, pero apostaría una pequeña (o grande) La suerte es que, sin que yo dijera nada, les parecería desagradable estar a mi lado. No caigas en la trampa.

10Las reglas del juego es una obra de teatro escrita en 1918 por Luigi Pirandello. Los personajes principales son Leone, su ex esposa Silia y un hombre llamado Guido que mantiene una relación con Silia. En lugar de permitirse sentirse traicionado y enojado, Leone decide vaciarse de toda emoción, convirtiéndose, en sus propias palabras, en una cáscara de huevo vacía. Manipula a Guido para que ocupe su lugar en un duelo, en el que Guido muere.

Machine Translated by Google

Aunque, en cierto sentido, sé que debería ser algo triste. Puedo crear un sentimiento que lo acompañe. Como una expresión facial hacia mí misma (¿?). Pero, si pienso en ello, rápidamente lo racionalizo como algo sin importancia. Quiero decir, es solo lo que creo que todo el mundo hace todo el tiempo de todos modos, con una mayor conciencia de sí mismo.

No sé por qué debería arrullar a los bebés. No tengo idea de por qué la gente piensa que quiero ver fotos de su infancia. Normalmente soy muy educada, cortés y encantadora en estas situaciones simplemente porque ha demostrado ser la mejor manera de superarlas sin ser el blanco de algún tipo de indignación socialmente fabricada por mi supuesto defecto.

¿Por qué? Superación personal, mejor comprensión... muchas razones. No lo digo como un intento de parecer virtuoso, sino simplemente para responder a los pensamientos que flotan en el aire sobre "adónde va esto/cuál es el truco".

Supongo que cuando dices "personas compuestas" te refieres a una especie de "máscara promedio": lo que ellos consideran la mejor combinación de características de todas sus máscaras. Si es así, estoy totalmente de acuerdo.

Puede que sea voluble por naturaleza, capaz de cambiar de máscara con más facilidad que la gente normal, pero creo que esto tiene una contraparte interesante.

Puedo elegir cambiarlas con más facilidad, pero ¿puedo elegir no cambiarlas, para hacer una tan buena que pueda dejarla como está? Sería un gran truco, ¿no crees?

Algo de lo que podría estar realmente orgulloso, que también resolvería muchos de mis problemas y la mayoría de los problemas que aparentemente causo a otras personas.

Machine Translated by Google

No me interesa tanto una máscara a tiempo parcial.
Lo que quiero es una formulación de mí que pueda ser duradera y permanente, que nunca se elimine ni se descarte por accidente. Ser bipolar puede dificultar eso, pero también puede hacerlo más fácil.

Mi naturaleza voluble se puede entender en términos bipolares en lugar de otros; puedo trazar una línea a través del promedio y adoptarlo permanentemente como una especie de solución única para todos. Cualquier vacilación se debe a la bipolaridad, ni más ni menos.

Todos cambiamos nuestra personalidad en función del contexto, la necesidad y la providencia, así que ¿en qué sería diferente esto? ¿Quieres decir que no existe un yo "real"? ¿No soy una persona en absoluto, sino simplemente una persona diferente?

Factura

Por más que intento simpatizar, nunca creo que sea convincente. Para contrarrestar esto, he creado mi personalidad para incluir una respuesta más "masculina" a empatía y parecer la "roca" en la que puedes apoyarte en.

No es lo ideal, pero todavía no domino la empatía, así que es lo mejor que tengo por el momento. Todavía es un trabajo en progreso.

Diana

¿Parece que otras personas perciben que no estás siendo honesto acerca de tus sentimientos?

Fred

Muchas veces me han preguntado, dicho o acusado cómo puedo estar tan enojada y de repente dejar de estarlo. He notado que tiende a ser menos perturbador para la gente.

Machine Translated by Google

Cuando estoy desahogando mi frustración, de repente aparece el cambio a la calma y el "olvido del asunto".

Parece desestabilizarlos y dañar la autoestima, lo que coincidiría con lo que dices sobre la depresión y el anclaje de valores.

En realidad, soy un gran partidario de la honestidad. Preferiblemente en los demás, pero la mía también puede ayudar a mantener las cosas simples y, por lo tanto, más fáciles de controlar. Además, hay lo que supongo que llamaría "rutinas pasivas" de comportamiento: ganarse la confianza, sinceridad, etc. A veces rayan en lo real, como una señal de radio muy, muy débil.

Nada que no se pueda ignorar, pero a veces está ahí. Supongo que es como el método de actuación; imagina una situación en la que exhibiría todos los rasgos de la "sinceridad" y sería así. Es un lugar. Una ventana por la que mirar cuando quieres una vista particular.

Supongo que el remordimiento es algo similar, en el sentido de que a veces, después de mis acciones, puedo apreciar intelectualmente que no debería haber hecho lo que hice. En realidad, no me arrepiento de ello, de la misma manera que no me arrepiento cuando hago una mala jugada en ajedrez.

Puede que me sienta enfadado por haberme distraído y haber cometido un error, pero no "triste". Ésa es una gran parte de la dificultad. ¿Siento estas cosas? No lo sé.

Diana

Cuando dices que no sabes si sientes estas emociones, ¿en realidad piensas en ello? Parece como si no quisieras examinar tus propios sentimientos.

Machine Translated by Google

Fred

Las personas son espejos. Algunos reflejamos más que otros.

He pensado muchas veces a lo largo de los años, incluso mucho antes de empezar a darme cuenta de lo que puedo ser, que la razón de gran parte de mi comportamiento es la experiencia vicaria.

No puedo sentir las cosas que haces, por lo que no puedo entenderlas como las haces. Tengo que aprender mediante la observación y la experimentación.

No hay un manual que lo explique, así que tenemos que pulsar botones para averiguar cómo funcionan las cosas. Creo que también hay un proceso de intentar pulsar esos botones por nosotros mismos y una sensación de confusión cuando no suceden las mismas cosas.

A medida que vamos creciendo, nos dicen que, cuando seamos mayores, entenderemos por qué la gente quiere tener hijos, planificar el futuro y ser parte de una comunidad. Esto sigue sin suceder y, con el tiempo, nos damos cuenta de que es porque no es verdad.

Dices que da la impresión de falta de introspección. Creo que en algunos casos, como el mío, sea el que sea, nada más lejos de la realidad.

En primer lugar, ya que se supone que somos nuestros temas favoritos, ¿por qué no lo seríamos? En segundo lugar, debido al contraste que nos rodea y a nuestra perspectiva obviamente diferente de las cosas, nuestra naturaleza en contraste con la de los demás resulta aún más llamativa. En tercer lugar, nos beneficiamos más de la introspección.

Machine Translated by Google

porque estamos menos restringidos en cómo ejercitamos sus frutos.

Quizás la gente se confunde con "consciente de sí mismo", lo cual es posible que a veces no sea mi caso. Probablemente, debido a alguna convención invisible de aprobación de la que no soy parte.

Estaba con algunas personas. Amigos. Pensé que me miraría a mí mismo un rato, en lugar de a ellos. Nadie se da cuenta de que mientras se ríen de un chiste, miro a lo lejos, sonrío y asiento con la cabeza con aprecio.

Parece risa. Mejor aún, parece risa y haber oído algo lo suficientemente ingenioso como para que merezca la pena reflexionar sobre ello. Divertido e ingenioso.
Buen perro.

Y si no lo hubiera buscado, ni siquiera me habría dado cuenta de que eso era lo que estaba haciendo.

¿Quién está explotando a quién, exactamente? Dígamelo usted.

¿Ves eso ahí? Lo pillé releyéndolo. A simple vista, justo mientras te digo que así es como funciona, dejando que otros dibujen nuestras caras y coloreen nuestros ojos, me lo dices tú.

¿Quieres a un niñito perdido que vagaba por el mal camino? ¿Qué tal un alma atormentada que añora la luz? ¿Tan confundida por el mundo, asustada y queriendo respuestas como todos los demás?

No quiero decir que no me interese saber lo que piensas sobre estas cosas, porque sí me interesa. En cierto sentido, la gente puede decir que lo que hago es "desnudar mi alma".

Machine Translated by Google

Sin embargo, sinceramente, mi interpretación de eso podría ser simplemente para intentar mostrarte algo propio. Observa mis palabras. Aun así, dime también si crees que lo notas. Tengo curiosidad por saber hasta qué punto podría aprender a ser consciente de mí mismo.

Y así es como nos reflejamos. ¿Qué quieres que sea? Puedo serlo. ¿Y tú? Yo también puedo serlo. Ábrete, déjalos que se sientan cómodos y los sueños se derramarán rápidamente. ¿Te preocupas por los pobres?
¡Yo también! ¿Nadie te entiende? Yo sí.

Factura

No soy el "cascarón vacío" de ser humano que se suele retratar en las películas. Patrick Bateman, de American Psycho, dio la impresión estereotipada de un psicópata. Si bien insinuó la verdad, no dio en el blanco.

Si bien es cierto que carezco de la experiencia emocional de la vida, no ignoro que las emociones existen.

Desde un punto de vista intelectual, soy consciente de que si se hacen ciertas cosas, uno se sentirá herido, enojado, molesto...etc. Entiendo el significado de estas emociones y puedo planificar y/o reaccionar en consecuencia.

Cuando veo una reacción emocional, no me doy cuenta instintivamente de la razón de esa reacción, como puede sucederle a usted. Debo analizar la situación, comprender los hechos reales y llegar a una conclusión lógica sobre por qué reacciona la persona.

Todo esto se hace muy rápidamente, aunque me aventuraría a decir que no sería tan rápido como

Machine Translated by Google

Su percepción emocional le proporcionará la respuesta.

En American Psycho, Bateman dice que parece humano, pero por dentro "simplemente no está ahí". No estoy de acuerdo con esa expresión. Yo estoy ahí; tengo pensamientos, planes, metas y deseos. Pienso, luego existo. Si pudieras ver dentro de mí, verías todas estas cosas.

Obviamente, notarías que faltan cosas. Esto simplemente me deja carente de ciertos aspectos de humanidad, no vacío. Si tengo o no alma es un tema de debate religioso.

Diana

La mejor explicación que puedo dar es que lo que nos divide es que yo tengo conciencia y tú no; así que, por ejemplo, si yo tuviera que hacer algo como que me ordenaran matar en tiempos de guerra, probablemente lucharía toda la vida con la inhumanidad que acompaña a la guerra.

Como no tienes conciencia, es muy probable que no te pierdas nada. Creo que es parte de la condición humana o parte de ella, pero me niego a creer que toda la sociedad sea malvada.

Es el mal que carece de conciencia lo que me interesa mucho.

Fred

Creo que tengo conciencia, pero no sé si tú también la tienes. Me preocupa muchísimo la moralidad.

Machine Translated by Google

Tengo la capacidad intelectual de entender que algunas cosas se hacen y otras no. Entiendo que la convención dicta que cuando actúas de maneras que no se hacen, te sientes mal. Se dice que es "malo", pero no importa. Es un refuerzo negativo.

Puedo entender –mejor de lo que te imaginas– cómo encajan todas las reglas morales. Simplemente no me siento mal cuando las rompo. Bueno, al menos, ninguna de las que he roto o espero romper alguna vez.

¿Extremos? Es difícil decirlo. Son circunstancias excepcionales y dudo que una persona promedio pueda decirlo. Sería algo como “bueno, espero sentirme…”, que en realidad es “actualmente no haría eso y no puedo imaginarme haciéndolo, pero seguiré adelante y asumiré lo mejor de mí”. No me jodas. Yo también.

Un buen ladrón puede entrar a escondidas y escapar de los guardias. Un gran ladrón puede entrar y salir a escondidas sin alertar a los guardias. Sin embargo, el mejor ladrón es el que paga a los guardias, porque es su casa y ellos son sus objetos de valor. Ya no necesita robar por nada más que por la emoción. Por eso es el mejor.

Tal vez sea justo decir que tengo conciencia, pero sólo en la misma forma en que una persona daltónica puede ver las cosas. El hecho de que no tenga los colores adecuados (o tal vez ninguno) no los hace invisibles.

Ahora que lo pienso, la mayoría de los depredadores operan en monocromo y diferencian las cosas en función de...

Machine Translated by Google

Movimiento en lugar de coloración. Puede que haya llegado a la verdad del asunto por analogía, por accidente. Espero que no sea así, porque es una respuesta bastante aburrida.

Tengo conciencia y reacciones morales y no siento la necesidad de explicarlas en términos de consecuencias (de hecho, creo que el consecuencialismo11 y su hijastro igualmente popular desde el punto de vista filosófico, el utilitarismo,12 son fundamentos profundamente defectuosos y peligrosos para el juicio ético).

La cuestión es que, sin pensar en estas cosas desde una posición emocionalmente desapegada, es mucho más difícil comprender estas "verdades más profundas".

Las emociones, cuando están muy implicadas en nuestros procesos mentales, distorsionan nuestro razonamiento al menos en cierta medida. Son inmediatas y parecen muy, muy importantes, por lo que exigen que se las tenga en cuenta y se las obedezca.

Eso significa que no necesariamente dedicamos tiempo ni atención a lo que sucede en segundo plano, a lo que subyace a todo el asunto. O, en otras palabras, hacen que sea más difícil cambiar de perspectiva y encontrar nuevas formas de entender las cosas.

He estudiado ética bastante y he escrito un poco sobre el tema. Esto también me ayuda a pasar por

---

11El consecuencialismo es la doctrina según la cual la moralidad de una acción debe juzgarse únicamente por sus consecuencias.

12El utilitarismo es la doctrina que sostiene que las acciones son correctas si son útiles o benefician a una mayoría; esencialmente, cuando el fin justifica los medios.

Machine Translated by Google

"Normal", pienso. En cierto modo, tal vez soy una persona medio normal. Como el armazón de una casa.

¿Hay partes de la casa? Sí. ¿Es, en realidad, una casa? Creo que no. Nunca se terminó. Faltan los lugares donde se desarrolla toda la vida, si entiendo bien mi propia metáfora.

Diana

Dices que te sientes como una persona normal, como el esqueleto de una casa. ¿Te faltan emociones? ¿Sientes alguna emoción por algo?

Fred

En parte, parece que hay elementos en las casas que están "terminadas" de los que carezco pero que, al parecer, disfruto. Me gusta disfrutar. ¿A quién no? Eso es lo que significa: "esto es algo que me gusta".

También hace que la gente se crea superior a mí por su propia naturaleza, algo que no me gusta. No lo disfruto.

Podría llevarlos a visitar mi territorio y dejarles ver cómo les va cuando son visitantes. Lo he hecho. Ya saben cómo termina. Pero ¿qué demuestra eso realmente?

Que puedo ganarles a personas en un juego que no entienden, pero que ha sido mi vida. Entonces... ¿qué pasaría si pudiera ganarles en el juego que ellos mismos juegan? Aquel en el que juego con handicap.

Si es posible, entonces soy lo suficientemente inteligente para aprender. No estoy tan lejos del rebaño, en lo que a estas cosas se refiere. Te he dicho, creo, que parte de ganar es

Machine Translated by Google

demostrando ser dominante, victorioso y superior sobre ese individuo.

Si pudiera hacer eso con la sociedad en su conjunto, todos obtendríamos lo que queremos, sin la destrucción constante y toda la mierda que la acompaña.

Y, lo que es más importante en algunos aspectos, saber que he hecho algo que a otros en situaciones similares les resulta demasiado difícil. Ser rey en ambos lados de la frontera. ¡Ah! Y entender más. Muchísimo más. Entender es bueno. En muchos sentidos, es poder.

Las riquezas son solo poder. El amor es simplemente lo que la gente llama otro tipo de poder. Ambos dan los mismos resultados: extensiones de tu voluntad en el mundo, que te permiten resolver mejor los problemas y satisfacer las necesidades. Quiero decir, ¿qué piensan otras personas que es la tercera cosa? ¿Vainilla, chocolate y… fresa? Todo es simplemente helado.

Parece probable que la sensación de victoria esté vinculada a la cuestión del poder. Neurológicamente, solo puedo suponer que mis centros de recompensa, sin embargo, pueden estar organizados – solo se activan por “lo hizo mejor” en lugar de “lo hizo bien”.

Puede que me preguntes si mi sentido de grandiosidad distorsiona aún más esas expectativas, exigiendo victorias muy extremas para satisfacerlas. Tendrías razón en hacerlo, porque si tengo una visión narcisista, seguramente anhelo grados irreales de victoria. Bueno, no irreales, sino sin restricciones.

Machine Translated by Google

¿Debo entonces moderar mis expectativas, en caso de que sean grandiosas? Solo si quiero vivir sin placer alguno.

Además, puedo perder. Si no me importa algo, no me esforzaré en ello. Ah. Vale, eso no es del todo cierto. No se me verá poniendo ningún esfuerzo en ello.
Sin embargo, en realidad no me preocupa. ¿Por qué permitir que los intereses de otras personas me controlen de esa manera?

A ellos les importa ganar, sea lo que sea, en golf, por ejemplo.

– Y eso está bien. Sin embargo, no me permito ni me permitiré sentirme menospreciado por el hecho de que otros establezcan las condiciones de la victoria.

Tal vez sea algo inusual, pero me desagrada profundamente hacer trampas. Si he participado en un juego, demostraré que soy mejor en él en las mismas condiciones que los demás, de modo que no tengan ninguna duda al respecto.

El hecho de que otras personas hagan trampas me molesta y me hace parecer un pobre perdedor cuando las pillo haciendo trampas, lo que no cae bien. Obviamente, en áreas que otras personas no considerarían "juegos", las cosas son un poco diferentes.

Dirían que estoy haciendo trampas. Yo diría que simplemente están jugando mal.

Siempre sentiré la necesidad de censurarme hasta cierto punto. He visto lo que ocurre cuando no lo hago. En muchos sentidos, supongo que soy más libre que la mayoría de la gente. Poder “ser yo mismo” no es una de esas cosas.
Es muy posible que no exista un “yo” que pueda ser, y aunque lo hubiera, no puedo imaginar que sería bienvenido.

Supongo que también existe algo que puede ser mi propio dolor. ¿Autocompasión? ¿Frustración? No lo sé.

Machine Translated by Google

Tal vez la cáscara de una persona sabe que hay que sentir algo y realizar ciertas acciones, pero no hay nada que lo conecte.

A menudo, las cosas parecen así: desconectadas, sin nada a lo que conectarlas, solo patrones y palabras. Y eso está bien, porque las palabras significan lo que sea que se usen, porque hay patrones. Infinitos.

Todo es caos y la gente ve caras en las nubes.
Dibujan las constelaciones en las estrellas y les dan nombres.
Me dibujan caras y me escriben una historia. Esa nube es un dragón. Leo es un león, valiente y fuerte. Fred es... Fred es lo que yo, sin pensarlo, le dije que me gustaría que fuera.

Pero las palabras son sólo palabras. Lo que describen no es real. Lo que dicen es imaginario. Lo que muestran es lo real. Cómo encajan las cosas.
Donde se pueden tener las mejores vistas.

¿Qué hacen qué botones? Y a veces pienso que hay una parte de mí que puede estar sintiendo pena. O una sombra de mí. O una sombra de pena. No lo sé.
Escarabajo en una caja.

He oído a algunas personas decir que los psicópatas envidian la autoestima. Es absurdo. ¿Qué sentido tendría eso? Simplemente lo reorganizamos.

Puedes tener tu autoestima, pero no puede ser más alta que la mía, lo que significa que a veces es necesario hacer un poco de reorganización. Mientras me des crédito por ello, puedes estar tan orgulloso de ti mismo como quieras.

Machine Translated by Google

En realidad, es como un esquema piramidal. Cuanto más rico te vuelves, más rico me vuelvo yo. Mientras yo sea la piedra angular, todo está bien.

Solo hay dos pecados: intentar ocupar mi lugar o no apoyarme. Competir conmigo o defraudarme. Aun así, si quieres hablar de lo hermoso que es mi reflejo de ti, está bien.

Sin embargo, cuando estoy maníaca, no me limito a reflexionar. Me afino, me amplifico. No se puede tener más confianza en uno mismo de la que yo tengo en mí misma en estos momentos. Nadie podría tener tanta confianza. ¿Tan confianza? Tal vez.

Otras personas tienen funciones neurológicas propias, que funcionan al menos en términos generales dentro de los mismos parámetros que las mías, por lo que parece razonable asumirlo.

Eso es lo que son las almas, espejos en las personas, para que se vistan y se presenten ante ellos como su Yo Ideal. Cualquiera que sea el que mires, encontrarás lo mismo. Tal vez así es como reconocemos a las personas como personas: nos proyectamos en su comportamiento y vemos si coincide.

¿No es eso la emoción, el comportamiento? Nos damos cuenta de cómo se siente la gente al observar sus acciones. En ese sentido, la única diferencia es que yo no proyecto lo que siento.

A mi lado narcisista le gusta oírse hablar. Solo puedo suponer que si las personas "normales", no narcisistas, son como las describo (desesperadas por vivir sus idealizaciones), entonces una persona narcisista se comportará aún más así.

Machine Translated by Google

Tal vez la máscara tenga dos caras, una para el exterior y otra para el interior. Como dije, lo que me resultó familiar fue leer algunas de las descripciones en su foro sobre cómo se comportan las personas en las relaciones.

Como la mayoría de la gente, hasta entonces pensaba que eran las caras de Bateman y Leather del mundo. Sherlock, el drama de la BBC, es prácticamente la única representación positiva de los psicópatas en los medios que conozco. Quiero decir... muy tonto. Pero al menos es un paso adelante.

Podemos ser personas muy útiles y contributivas: científicos, filósofos, astronautas, médicos, artistas. Las diferentes perspectivas son mucho más valiosas de lo que cualquiera reconoce.

¿Crees que sólo soy no narcisista/psicópata/sociópata (me parece que esta última es una etiqueta más cómoda en muchos sentidos)? No soy simplemente vanidoso ni soy un bruto violento, que sé que son connotaciones de conciencia común de las dos primeras. ¿Orgullo?

¿Sensibilidades "fantasmas" que nunca se formaron debidamente o murieron jóvenes? ¿La gente es consciente de las representaciones que los medios de comunicación hacen de ellas y de las actitudes predominantes?

Ser gay no parece algo 'malo' para una persona gay, pero saben que para muchos otros sí lo es porque están inmersos en ello.

He estado pensando en tu pregunta anterior. Todavía tengo cambios de humor, si es eso a lo que te refieres. Tal vez no se entienda bien porque estás hablando al ego de manera más directa de lo habitual y yo estoy tratando de mantenerme dentro de los límites.

Machine Translated by Google

¿No tengo superyó o sólo una parte de él? No importa. Ésta es la naturaleza de los trastornos y las definiciones.

Ustedes, la gente normal, deciden dónde están los límites. Yo no.

Creo que soy una persona libre de prejuicios por naturaleza. Imaginen un mundo en el que todos estuvieran libres de racismo, homofobia y sexismo. Tiene que haber más de mí, no menos. Y así será.

Cuando la gente se deja llevar por las cosas, se pierde en ellas. Yo no soy diferente. Lo que pasa es que yo también puedo perderme en lo que me piden o me ruegan que sea. A menudo es algo subconsciente. Solo quiero que la gente sea feliz.

¿O es que el narcisista simplemente no quiere asumir la responsabilidad?

Me da la impresión de que quizás no sepas a qué me refiero cuando hablo de sentirte poderoso. Tal vez sí. Si existiera algún grado de certeza, supongo que no estaríamos teniendo esta conversación en primer lugar. Sentirse poderoso es exactamente como sentirse enojado. Pero es bueno.
Mismo conjunto, diferente iluminación.

A estas alturas, espero que mi grandilocuencia y mi melodrama hayan dejado en claro su punto de vista. No es intencional, pero no necesita serlo para ser peligroso, si funciona como creo que lo hace.

Y si no es intencional, las promesas, por el contrario, carecerían de sentido, incluso si estuvieras dispuesto a creerlas. Pero creo que la intensidad de la última

Machine Translated by Google

Estos días han sido, en cierto modo, un microcosmos de cómo van las cosas.

Lamento decir que creo que no es lo que siempre pensé que era, que era pasión. Lamentablemente, creo que lo que en realidad podría ser es más humo y espejos. Conmoción y asombro emocional, en todos los sentidos.

He estado pensando en la empatía. La opinión predominante parece ser que o la tienes o no la tienes. Creo que esto es reductivo. Así que volvamos a la geometría. Imaginemos que la empatía es el cubo de Necker13 al que hice referencia. Para tener el cubo, se necesitan todos los vértices y estos deben estar conectados correctamente. Este cubo es la empatía.

Algunas personas no tienen ningún vértice para esta construcción. Otros pueden tener el número correcto pero colocado incorrectamente. O el número equivocado y colocado incorrectamente. Pero ¿qué pasa si hay algunas personas?
- ¿Quién, como yo, ha notado este 'error' y ha tratado de corregirlo?

De eso se trata la estrategia de afrontamiento y la imitación. Por eso, yo rechazaría la idea de que es tan simple como que lo tengas o no. Debe haber grados de aproximación, de similitud. En un buen día, creo que puedo acercarme. Digamos que 9/12 vértices en la disposición correcta. Otros días tengo algo mucho más parecido a una pila de palos desorganizada.

13A El cubo de Necker es una ilusión óptica de un cubo transparente donde la orientación del cubo parece alternarse.

Machine Translated by Google

Esto se relaciona con el punto narcisista/sociópata. Cuando estoy más maníaco, soy más de lo segundo. Cuando estoy menos maníaco, vuelvo simplemente a lo primero.

Creo que las personas que carecen de todos los vértices son el extremo psicópata del espectro, pero parece probable que mis aproximaciones funcionen como emociones para mí. El problema es que no encajan del todo con la realidad: la llave no encaja en la cerradura.
Entonces empieza la mierda para mantener la ilusión.

Si amaste a alguien y justo cuando llegaste a lo que debería ser una intimidad, eso sucede. En lugar de correr lo más rápido posible, que es absolutamente lo sensato, incluso en los casos más extremos (como el mío, espero), su necesidad de empatía hace que intenten calmarlo.

Aferrarse a él e intentar restablecer el orden, solo para descubrir que no lo había en primer lugar. En ese momento, uno está dando vueltas en el aire, boca abajo, y observando cómo pasan a toda velocidad cerdos y trozos del granero. En ese punto es donde pienso: voy más allá del narcisismo y me involucro en una sociopatía genuina. Supongo que cuanto más profundo se va, más obvio es el desorden.

Fred

Te he molestado. Mis disculpas.

Diana

¿Por qué me preguntas si estoy enojada? Me recuerda a alguien que conozco casualmente; ella ha hecho ese comentario varias veces y mi respuesta a ella es la misma que a ti.
Vaya, no me sentí molesto, pero tal vez tú puedas...

Machine Translated by Google

Dame algunas buenas razones y podré intentar enojarme.

Fred

El problema de ser honesto (o, como lo estoy siendo yo, abiertamente especulativo) sobre este tipo de cosas es que la gente siempre busca otra cosa, dando por sentado que siempre debe haber una. Además, tengan en cuenta que me veo a mí mismo desde esta perspectiva sólo como una forma de comprensión.

Sinceramente, tengo interés en aprender. Tal vez me aleje de nuestros intercambios y decida que tal vez se trata de otra cosa.

Es decir, me puse en contacto con usted por las razones que ya he expuesto. No me he puesto en contacto con otros, aunque se me ha ocurrido hacerlo. Sin embargo, su sitio menciona investigación y no solo "apoyo" o "consejo" o lo que sea.

Me imagino que si me pusiera en contacto con alguien que dirigiera un foro que no tuviera esta base, sería considerablemente más hostil conmigo.

Y, por supuesto, el capricho siempre presente. Pensé que podrías ayudarme a encontrar algunas respuestas. Obviamente, es poco probable que lo hagas a cambio de nada, así que te comparto mi especulación desde mi perspectiva.

Mis pensamientos sobre las cosas. Es un trueque. ¿Te resulta desagradable? Estoy tratando de ser objetivo con las cosas, que no son realmente mi territorio, por así decirlo, así que probablemente suene un poco loco.

Mírelo de esta manera: cuanto más se acerca al escenario, más fácil es ver que las ventanas están pintadas.

Machine Translated by Google

Normalmente, el público se queda en la galería, por lo que esto no supone un problema. No se aplican todas las estrategias habituales para afrontar la situación.

La razón por la que se presupone que no responderá es porque después de años de experiencia esa es la actitud esperada.

Diana

La razón por la que puede que pienses que estoy molesto es que estamos en una conversación profunda por escrito. Lo prefiero así porque creo que podemos ser más abiertos y honestos con este método de comunicación.

Yo creo que como te faltan mis señales visuales, sería un territorio nuevo para ti.

Fred

En primer lugar, me disculpo por haberte molestado. Me resulta muy difícil decirlo. En cierto modo, para hacerlo siento que tengo que dar lo que creo que se llama un salto de fe. No tengo problemas con mentir, pero no me gusta que me mientan. En cierto modo, podría decirse que reacciono de forma similar a la mayoría de las personas, solo que mi reacción es de creciente frustración en lugar de "dolor".

La razón es que la gente que me miente es muy sospechosa. Me hace sentir que están tratando de quitarme el control/la estabilidad, algo que obviamente no me entusiasma. Es un razonamiento válido y todavía no he encontrado una manera de evitarlo. Esto me lleva a concluir que necesito extender esto a mí mismo.

¿Puedo mentirme a mí mismo? Si lo hago, quiero saberlo. Quiero detenerlo. He visto lo que le pasa a la gente.

Machine Translated by Google

que creen en su propia mitología. La mitad del tiempo, soy lo que les pasa.

Obviamente serías un idiota si bajas la guardia, pero estoy siendo lo más honesto que puedo.

¿Ves lo difícil que es intentar establecer algún tipo de confianza aquí? No porque desconfíe de ti, no porque tú desconfíes de mí, sino porque desconfías de lo que soy. Ni siquiera de quién soy; ni siquiera de lo que soy. ¡Ni siquiera de lo que soy! Puede ser.

Hay un supuesto básico: porque puedo, lo haré.
Aunque no lo hago con más frecuencia de lo que lo hago. ¿O no es así? ¿Que puedo, pero que alguna vez lo haría? ¿Es esa la línea invisible que cruzo la que me causa tanta repulsión?

Sinceramente, me interesa tu respuesta a esa pregunta. ¿Es eso lo que no entiendo? No es que esté dispuesto a cruzar esas líneas absurdas e invisibles, sino que lo hago. Incluso sin sufrir daños duraderos, sin sufrir heridas reales.

Cometo errores, como todo el mundo. Pero son míos. No permito que nadie más los cometa por mí. ¿O sí? ¿Es esa la ilusión de un narcisista o es verdad?

Una vez más, no importa. Debo actuar de la manera más racionalmente ventajosa posible.

No es que no sea confiable, es que soy incapaz de confiar. No estoy seguro de entender cómo lo haría. Tal vez eso es lo que la gente ve al final, una vez que el espectáculo termina.

Tal vez eso es lo que reemplaza el control: la capacidad de confiar en los demás. Tal vez no. Hasta donde yo sé,

Machine Translated by Google

Todo el mundo utiliza el control, sólo que emplean reglas invisibles para hacerlo porque no son capaces de afrontarlo tal como es.

Dios lo dijo. No, tú solo lo quisiste. Y eso está bien. Consiguen que sus amigos imaginarios luchen por ellos.

Qué juego más estúpido. ¿No es obvio que podría imaginarme un amigo imaginario más grande y más fuerte? Ese es el tono, el estándar, la métrica.

Y luego llevan un cuchillo imaginario a un tiroteo. No es que hubiera ninguna diferencia si llevaran un cuchillo real o incluso una pistola, ya que si fueran capaces de usar cualquiera de los dos, entonces no los necesitarían.

Hay individuos peligrosos por ahí que son mucho más viles que yo. Probablemente, más del 1% de la población. Tal vez hasta el 5% si se considera el espectro en un sentido más amplio.

Algunos simplemente causarán ruina, pero unos pocos matarán, robarán y destruirán sin piedad sólo por diversión.

No quiero maquillar las cosas y hacer creer a la gente que los psicópatas nunca son un peligro, pero lo mismo podría decirse de las personas que no son psicópatas.

Pero si yo soy uno de ellos, de alguna manera, y estoy significativamente alejado de la línea de ajuste que la sociedad ha trazado a través de sí misma, espero ser la prueba de que no todos somos malos, no todos somos intencionalmente crueles y no todos somos despiadadamente egoístas. Además, y por razones obvias, espero que si lo soy, pueda convertirme en la prueba de que no siempre es irreparable y redentora.

Machine Translated by Google

Diana

Tengo curiosidad por saber qué te llevó a explorar lo que, en el fondo, podrías estar realmente a punto de ponerle nombre. ¿Hubo algún momento en el que otros te dijeron cosas?

Supongo que lo que estoy preguntando es qué despertó tu curiosidad intelectual.

Fred

Lo que despertó mi curiosidad fue que después de intentar resolver los mismos problemas de la misma manera y no estar satisfecho con los resultados, decidí que tal vez había mejores métodos y que valdría la pena aprenderlos.

Todos somos máquinas de resolver problemas. Carne empírica. En este sentido, supongo que podríamos decir que estamos trabajando en el mismo problema: yo. Solo que, obviamente, yo lo llamo "todos los demás". Hay algo de verdad en ambas cosas.

Cuando los lobos se quedan sin ovejas, pasan hambre. Cuando las ovejas se quedan sin lobos, son libres de comer hierba. ¿Qué pasaría si yo pudiera comer ambas? ¿Qué pasaría si pudiera disfrutar comiendo ambas?

No veo cómo podría hacer algo más que mejorar las cosas para todas las partes, aunque sea de manera gradual. Pero los incrementos se acumulan. Créanme, debería saberlo.

Lo que se necesita no es que no acepte las opciones “obvias” o de “sentido común” que se me presentan, sino que se alcance otra comprensión de estas cosas.

Machine Translated by Google

Aprende algo tan bien que desarrolle su propio tipo de obviedad. Encuentra un nuevo tipo de sentido. No veo en qué forma eso podría ser una desventaja. Todo lo contrario.

Incluso en el peor de los casos, no me arriesgaría a perder nada. Si tuviera éxito, podría ganar mucho.
¿No te parece que eso es cuestión de sentido común? Lo pregunto porque quiero saber qué tan ancho es realmente el abismo. En cierto sentido (no puedo decir si en el tuyo) realmente quiero poder cruzarlo.

Para conectarme. Por lo menos, creo que ustedes tienen todos mis enchufes y, al parecer, no me parece bien que los siga invitando para que me presten los suyos.

¿El resultado final sería diferente si pudiera encontrar algunos enchufes por mi cuenta? Creo que sí, pero creo que podría ser mejor.

Recuerda: siempre quiero algo mejor. Las decepciones abundan. Además, no es como si olvidara cómo pedirlos prestados si no funciona. Sin embargo, no es necesariamente una cuestión de suma cero.

También he dicho en varias ocasiones que entiendo bien las palabras. Cómo funcionan. Esas cosas también me gustan especialmente. ¿A quién no?
Nadie prefiere escuchar a personas que considera estúpidas antes que a personas que considera inteligentes. Es una tautología sin contenido que parece decirme algo sobre ti y, al mismo tiempo, me halaga. ¡Es bueno!

Me gusta el hecho de que no se especifique que soy un individuo del primer tipo. Parece que lo dice, pero no es así. Incluso los halagos son una ilusión.
Es tofu, no filete. También es una prueba.

Machine Translated by Google

Permítanme decirlo de esta manera: si todavía creen que aprenderán algo con "verdadero o falso", entonces deben reconsiderarlo. Es por eso que siempre se pasan por alto las advertencias. Parece ser una gran parte de lo que molesta tanto a la gente.

El mundo no es tan ordenado como para que siempre se pueda clasificar en dos categorías. Soy "un poco sociópata" en el sentido que describí cuando diferencié entre gente como yo y la gente de las motosierras y los estafadores. Un poco por grado. Un poco porque parece que te resulta útil pensar en mí como algo a medio terminar, una mejora. Una actualización. Una evolución.

¿Qué quieres que refleje? ¿Pobre de mí o Aquí hay dragones? ¡No! ¿Qué te acabo de explicar? Puedo decir Aquí hay dragones de la misma manera que la mayoría de la gente dice Pobre de mí.

Esa es la estafa en su conjunto. Debería haber dicho "en lugar de una mejora, una actualización, una evolución". Esto es lo que pasa cuando me dejo distraer por niñitas tontas. No se preocupen, ahora estoy concentrada nuevamente.

Diana

Pareces ser bastante inteligente y, sin duda, muy elocuente. ¿Eso hace que te resulte más fácil o más difícil pensar en tus diferencias con respecto a los demás?

Fred

Probablemente soy más inteligente que la mayoría. ¿De verdad crees eso o estás alimentando el ego para alimentar la boca? Tal vez debería dejar de decir algo.

Machine Translated by Google

Para comprobarlo. De cualquier manera, eso no significa que sea infalible.

También soy impulsiva y disfruto hablando de mí misma. Son ganancias a corto plazo que no garantizan un beneficio a largo plazo de mayor magnitud que el que se puede esperar.

Me alegra que me consideres una persona muy funcional y no solo por razones obvias de ego. Si eso es lo que soy, entonces no deseo serlo, no lo pedí y eso no me hace estar menos motivada para ser una buena persona.

En todo caso, probablemente me haría sentirlo aún más. Sin embargo, creo que si ahora tengo un funcionamiento muy alto y soy una especie de sociópata de clase media británica, tal vez esto me dé una mejor oportunidad de encontrar/ desarrollar estructuras conceptuales, mecanismos de afrontamiento y sustitutos socioemocionales para compensar aún más... cualquier miscibilidad.

Creo que sería justo decir que odio profundamente las imperfecciones evitables. Tal vez también las inevitables.

Supongo que aquí es donde mi autopercepción me decepciona, y realmente no parezco así en absoluto (lo que sería un poco malo, ya que estoy siendo...
yo mismo lo más duro que puedo para hacerlo correctamente).

Supongo que también puedo plantear, como ejemplo de la clase de pregunta que creo que deberíamos hacernos, la siguiente: “¿Está mi propio subconsciente interfiriendo en mi juicio?”, por así decirlo. Pienso así todo el tiempo, así que supongo que podría decirse que ni siquiera confío en mí mismo.

Machine Translated by Google

Es tan divertido como parece. No pretendo nada al preguntar y espero que no suene grosero o condescendiente.

Sin embargo, se me pasó por la cabeza y me molestó lo suficiente como para sentirme obligado a preguntarlo y tú simplemente me estás halagando con comentarios sobre el estado de alto funcionamiento. Tal vez muchas cosas. Simplemente vale la pena pensar en esas cosas.

También me gusta observar cosas. Supongo que probablemente haya algunos patrones distintivos en la forma en que se comunica un sociópata, como usar términos despersonalizados u objetivadores en lugar de pronombres de segunda o tercera persona o hablar en círculos sobre un tema.

Este último sería un ejemplo de bucle, que sospecho es uno de los comportamientos más comunes y arraigados; he notado que encaja en la imagen.

Como dices, todos somos diferentes. No puedo decir con seguridad que sienta compasión como tú. Creo que sí, pero probablemente no de forma idéntica. Es algo que me fascina, hasta el punto de que he escrito algo sobre el tema.

Lo entiendo, la compasión es la antítesis de la eficiencia. Si quieres hacer algo con la mayor eficiencia posible, no puedes hacerlo también con compasión.

La compasión consiste, en parte, en tomarse el tiempo adicional para hacer algo de manera ineficiente porque es bueno hacerlo de esa manera, no porque sea más fácil o más rápido. Creo que estoy bastante seguro de eso. Lo entiendo.

Machine Translated by Google

Yo también intento practicarlo. Probablemente no muy bien, lo cual me molesta, pero al menos tengo una idea aproximada de cómo funciona.

La cuestión es que es verdad. No lo digo simplemente, sino que tengo un sentimiento asociado. ¿Es ese sentimiento el mismo que el tuyo? Evidentemente, no lo puedo decir. ¿Es a eso a lo que le "atribuyo" la conducta y los sentimientos compasivos? Seguro. Para mí ambos son lo mismo: el significado de un sentimiento es en qué situaciones ocurre dicho sentimiento.

A veces experimento sentimientos de compasión.
A veces siento amor por los demás. Otras veces siento enojo, depresión o rechazo. ¿No es eso la vida?

Mis propias experiencias pueden diferir en algunos aspectos de las tuyas, interna y emocionalmente hablando, pero eso no significa que no las tenga o que no las etiquete. Simplemente parece que me controlan menos.

Si tomo una "mala" decisión, la supero más rápidamente porque acepto que estas cosas pasan. ¿Por qué castigarme por las inevitables imperfecciones cuando estoy haciendo un trabajo tan bueno con otras imperfecciones?

Los hago con menos frecuencia que otros, lo que me hace mejor que ellos en eso. Si hubiera alguna duda, ¿por qué existe un odio patológico hacia mí, pero ninguno hacia las personas que son simplemente estúpidas?

No voy a mentir, Dianne; esto es un verdadero lío. No intentaré echarte la culpa solo a ti, pero al menos me ayudaste a abrirlo. ¿Puedo cerrarlo? Si no puedo, ¿qué demonios se supone que debo hacer con todos estos líos? ¿QUIÉN O QUÉ SOY?

Machine Translated by Google

Esto es ridículo. Mi cerebro está hecho trizas y quiero reconstruirlo, pero cada vez parece más una elección entre "ser tú mismo y destruir todo lo que alguna vez te importó" y "nunca ser tú mismo y regodearte en las sombras de la felicidad".

No conozco la felicidad, Dianne. En realidad, no creo que la conozca. Sin embargo, es lo que el resto del mundo espera, exige y espera de mí. A veces pienso que sería más ordenado si me suicidara y evitara el sufrimiento de ambos lados de la barrera.

Soy demasiado inteligente y ellos son demasiado estúpidos. Ser fuerte es aburrido cuando a cambio no recibes más que locura y debilidad.

Diana

Parece como si te sintieras un poco deprimido cuando piensas en tu vida hasta la fecha.

Fred

Nací. Me llevó varios años conocer el mundo. Ahora estoy realmente decepcionado de él.
Lo peor de todo es que me siento realmente decepcionado por no haber logrado cambiarlo o incluso ver un futuro que valga la pena salvar.

Soy uno de los mejores y más brillantes, y estoy tan terminalmente roto y alienado que nunca, jamás, seré aceptado.

Ardamos todos. Que me arda yo. Que me arda ahora. Soy más racional que casi todo el mundo; soy más inteligente y, a pesar de mi incapacidad innata para entender la mayor parte de las cosas, sigo siendo mejor persona que la mayoría en términos morales.

Machine Translated by Google

Es una broma de mal gusto y no me estoy riendo. Pienso que tal vez sea hora de irme. No estoy deprimida, pero si no hay perspectivas de felicidad y sí de desastre y dolor, ¿por qué continuar? Dígame. ¿Por qué la gente se levanta? ¿Por qué se va a la cama? ¿Qué sentido tiene si no puedes ser tú mismo, vivir en la búsqueda de la felicidad?

No es algo que yo haya pedido. No es algo que yo abuse sin motivo. Es simplemente quien soy, y si se lo dijera a la mayoría de las personas que me importan, ya no les importaría. Me condenaron antes de nacer y la gente me culpa incluso por estar viva. Adiós redención, hola... sea lo que sea esto. Así que tal vez sea hora de decir adiós a eso también.

¿Y sabéis qué? Si dejara una nota explicando quién soy, qué soy y qué significa, ni siquiera mis seres más queridos lamentarían mi muerte.

Y tal vez esa sea la verdad: un sociópata es su primera víctima y aquel que rara vez, o nunca, tiene la oportunidad de salir.

Quizás por eso busqué un foro de apoyo para víctimas, no un lugar lleno de fanfarrones que permitirían mis propios rasgos menos deseables.

Espero tener la suerte de escapar de la crianza, de deshacerla. También espero tener la suerte de tomar el control real, de liberarme un poco del lado natural de las cosas. Irónicamente, tal vez renunciar al control sobre ciertas áreas de mi vida y redirigirlas a otras áreas, donde sean más necesarias y se les pueda dar un mejor uso.

Machine Translated by Google

Parte de esto significa obtener cierta perspectiva de mis propios talentos, habilidades y el alcance de mi capacidad de acción personal. ¿Soy realmente un buen escritor? Tendré que descubrirlo comparándolo con el único parámetro que existe: tratar de convertirme en un escritor profesional.

¿Soy realmente una persona amable? Si me comporto de manera amable, supongo que lo seré por definición. Pero, además, si no soy el único culpable de todo esto, si los compradores deberían haberse detenido a comprobar el producto y son en parte víctimas de su propia codicia, ¿realmente tengo que culparme por ello?

Ahora me parece arrogante pensar que soy tan poderosa, inteligente, astuta y encantadora que todo fue solo mío. Me atribuyo el mérito de los errores de los demás, lo que significa que también cargo con la culpa.

El narcisismo es un defecto de carácter, y supongo que si ahora estoy estancado en ser completamente consciente de mis acciones y tendencias, el narcisista dentro de mí está de acuerdo conmigo en que necesito mejorar en esto.

Intentar ocultarlo no ha servido de nada, así que ¿por qué no apuntar a lo más alto e intentar convertirse en la única (¿la primera? Si pienso bien y soy sincera, lo dudo, pero no puede ser algo tan común, al menos) que convierta todo el trastorno en una verdadera fortaleza, una auténtica mejora y un éxito, no en una persona falsa, frágil y con una necesidad constante de protección cuando se la examina con demasiada atención?

Creo que puedo ser lo suficientemente honesto para contrarrestar el narcisismo y soy lo suficientemente inteligente para resolver el lado sociopático de las cosas. No creo que eso sea culpa de uno mismo.

Machine Translated by Google

En todo caso, es más bien una observación de un proceso que ya ha comenzado.

Dije que su foro es importante porque ayuda a las personas cuando realmente lo necesitan, ¿no?
Que les permita seguir adelante y escapar del control de un sociópata. Incluso puede ser posible hacerlo cuando el sociópata en cuestión no solo se metió en tu cabeza, sino que ES tu cabeza.

Creo que, al menos con el tiempo, puedo ser la prueba viviente de ello. Casi no lo fui. Y sé cómo te lo devolveré también: transmitiendo mi generosidad y apoyo a otras personas necesitadas. Espero que esto sea aceptable, pero me pareció que era el tipo de recompensa que más te gustaría.

Además, ¿no es todo el subtexto de que me encuentro a mí mismo el enigma más fascinante de todos?

Pero estoy pensando con más claridad y sensatez que en... demasiados años, creo, si soy sincero. Creo que esta claridad puede ayudarme y puede ayudar a otras personas.
También puedo ayudar a otras personas, a personas como yo y a personas que han tenido la desafortunada experiencia de encontrarse con personas como yo.

Cuando tienes una enfermedad del pensamiento, que supongo que es lo que realmente es este tipo de cosas, sea cual sea su causa,
- Entonces seguramente la cura debe venir en forma de ideas.

Reformular el proceso de pensamiento para curar la enfermedad. Sé que no está curando el cáncer, pero vale la pena descubrirlo, ¿no? No espero milagros, pero tal vez podría mejorar las vidas de las personas en ambos lados de la situación.

Machine Translated by Google

No necesito químicos, necesito mejores pensamientos, necesito conectar esos pensamientos con acciones.

Diana

¿Alguna vez deseaste ser una persona “normal”?

Fred

Yo soy diferente. Imagínense a dos personas que quieren jugar a las damas (creo que así lo llamáis vosotros) pero que solo tienen un juego de ajedrez. Acuerdan usar las piezas como sustitutos de las damas. Entras y los ves haciendo eso y piensas: "Así no se juega al ajedrez". Eso es todo lo que esto es.

Sin embargo, parece tener el desafortunado efecto secundario de hacer que la gente se vuelva loca. Mi realidad es tan parecida a la tuya que, a primera vista, parece la misma, pero no lo es. Hay imágenes torcidas por todas partes.

Creo que soy normal. Otras personas piensan que son normales. Hay más personas normales que yo, así que deciden cuál es normal y cuál no. Soy una desviación estándar, o dos, o cinco, o las que sean necesarias para estar en el lado equivocado de la línea que otras personas trazaron diciendo: "Esto es todo, no sigas más o te desterrarán".

Tú utilizas tu fuerza en número. Yo utilizo mis propias fuerzas. No para contraatacar, sino para seguir adelante.
¿No es esto una batalla de ideas? ¿Qué funciona mejor?

Sin querer sonar grosero, creo que si piensas que un sociópata preferiría ser cualquier cosa menos un sociópata, es posible que te estés perdiendo parte de lo que los hace así. No tengo ningún deseo de ser otra cosa que yo mismo.

Machine Translated by Google

¿Preferiría que ese yo no tuviera una oscuridad inherente ni una propensión a dañar a los demás? Claro que sí, pero hay muchas razones para desearlo y sospecho que la mayoría de las personas querrían ser menos así, así que no nos dice mucho.
¿Quién no quiere ser una “mejor” persona?

Si la diferencia se va a precisar más allá de lo neurológico y lo genético, es decir, si se va a definir como una conducta en algún sentido, seguramente debemos considerar cómo este impulso difiere de la norma en las personas con psicopatía.

Todos somos diferentes, en particular en cuanto a rasgos neurológicos y genéticos, ya que esto es lo que nos hace individuos y no una entidad gestáltica dispersa que actúa al unísono en todas las cosas. Lo que nos interesa -y nos interesa- es cómo esto se traduce en conducta interpersonal.

¿Mi deseo de ser una mejor persona es cualitativamente diferente al tuyo o al de cualquier otra persona?

Supongo que la versión corta de esto es: ¿importa si el motivador hacia la superación personal y la base para la acción social son racionales o emocionales?

No, ¿son idénticos? ¿Son necesariamente diferentes en cuanto a los resultados? Me parece que no, y que ambos son métodos
diferentes que pueden llevar a las mismas conclusiones, buenas o malas.

¿A falta de una palabra mejor? Llamémosle a las cosas por su nombre: es arrogancia.

Machine Translated by Google

Soy muy bueno en la racionalización de la forma antes descrita. La he utilizado para justificar mis acciones, para excusar acciones anteriores, etc.
Eso es parte de lo que estoy transformando, al usar el mismo razonamiento y las mismas habilidades analíticas para ser más intensamente crítico de mí mismo y de mis acciones.

Eso no quiere decir que esas críticas sean a cosas que necesariamente se han hecho con intención consciente (aunque algunas sí lo son, como lo de la asesoría de pareja), ya que en muchos casos (una mayoría significativa de ellos) se hicieron puramente por reflejo y con buena intención.

O al menos sin mala intención. No soy una persona maliciosa ni cruel, piensen lo que piensen.

Tengo varias teorías, pero en un sentido amplio se reducen a "el significado de los actos lingüísticos está ligado a la experiencia compartida del mundo y si dos personas tienen experiencias sustancialmente diferentes, entonces esto es un obstáculo importante para una comunicación clara".

Sería como intentar describir colores a alguien que nunca los ha visto, o imaginar un color completamente nuevo que no sea una composición o un matiz de uno existente. La pregunta es: ¿qué lado de la ecuación es el ciego en este caso?

En realidad creo que la única respuesta honesta a eso es "ambas"; hay cosas que tú "ves" en el mundo que yo no veo y hay cosas que yo "veo" que tú no ves.

En cierto sentido, vivimos en mundos sutil pero irreconciliablemente diferentes. Hay tanta belleza, maravillas y perspicacia que me gustaría poder hablar de ello.

Machine Translated by Google

Compartir, examinar y celebrar. Mucho de esto es esencialmente inexpresable en los sentidos que deseo transmitir.

De manera similar, parece haber puntos de valor profundamente arraigados, una especie de discurso instintivo en el que muchas personas pueden participar, pero que yo no parezco capaz de hacer. Ser capaz de comprender. No 'no poder entender', sino 'no poder entender de la manera en que lo hacen otros'.

Todos somos incapaces de superar por completo esa brecha. Estamos demasiado atrapados en nuestras propias perspectivas como para poder salir de ellas y verlas tal como son.

Soy demasiado incapaz de apegarme lo suficiente a una perspectiva dada como para renunciar a todas las demás, que es lo que necesitaría hacer para entender lo que significa realmente sostener que es verdad.

Tal vez pueda ver los actos tal como son, pero eso me vuelve incapaz de saber cómo sería sostenerlos sinceramente, como aparentemente lo hace la gente. Lo cual no quiere decir que no pueda ser sincero o que nada me importe, porque eso estaría muy lejos de la verdad.

No es que no esté dispuesto a aceptar un concepto nuevo, sino que no hablo con vosotros como lo haría con la mayoría de la gente. Esperaría que me consideraran un loco divagador si fuera así todo el tiempo, ya que se trata más bien de intentar expresar cosas entre las palabras, para ilustrar algo que no tengo una terminología común con la que simplemente describirlo.

Por lo tanto, utilizan lo que dirían otras personas; sus palabras para sus juegos. Las mías no se traducen bien.

Machine Translated by Google

Incluso cuando se dice con amabilidad, que es lo que suele suceder. No espero que lo creas, pero lo dicen. Es complicado.

Probablemente soy más pasivo y agresivo de lo normal, sin verlo como tal. Esto puede deberse a que no siento un profundo apego a la mayoría de mis posiciones o creencias, mientras que la mayoría de la gente parece tenerlas. Exploro ideas sin pretensiones, lo que incluye las cortesías más cotidianas que mucha gente parece valorar desconcertantemente.

Con la redacción, soy un pensador muy tangencial. Demasiado tangencial, hasta el punto de ser un problema, sobre todo cuando estoy haciendo introspección. Me gusta conectar cosas, encontrar patrones y aprender cosas nuevas explorando ideas, etc.

No tengo intención de desviar la atención y, cuando quiero, puedo ser muy directo. En persona, suelo contribuir más con interjecciones, comentarios ingeniosos, etc.

En mi comunicación contigo he sido más serio que nunca, ya que normalmente tomo muy pocas cosas tan en serio como para no bromear sobre ellas, a menudo de manera autocrítica.

Como creo haber dicho, estás hablando más bien de una especie de "versión" mía disociada y autorreflexiva. Eso no quiere decir que sea más real, porque no tengo ninguna duda de que el yo que soy la mayor parte del tiempo con mi familia y mis amigos cercanos es en gran medida el yo "real". Aunque eso es simplificar demasiado algo sorprendentemente complejo, quienquiera que lo diga.

Machine Translated by Google

En cuanto a su honestidad, me interesaría saber cómo explicaría algunas cosas. En primer lugar, me preocupan mucho varias cuestiones que no son puramente egoístas. No bromeo cuando digo que la moral me preocupa profundamente, por ejemplo.

Hay un delicado equilibrio entre retirarme para mantener la objetividad y desconectarme por completo, lo que tiende a conducir a una lejanía superanalítica. Eso no sólo molesta a los demás, sino que, después de todo, debo admitir que también me inquieta un poco.

Lo describiría como poder cambiar tu visión a monocromática para poder seguir mejor el movimiento sin distraerte (o abrumarte) con todos los bonitos colores que sueles ver. Toda la vivacidad y el significado desaparecen, pero puedo concentrarme mejor en el trabajo que tengo entre manos.

Solía pensar que era puramente un talento, pero hasta cierto punto, también es una especie de maldición, porque el cierre total elimina tanto contexto que termino siendo incapaz de funcionar correctamente; estoy viviendo en un mundo demasiado diferente al de todos los demás como para tomar decisiones adecuadamente acertadas.

Sin embargo, mantener el equilibrio puede ser bastante agotador, en particular porque a veces mis instintos me gritan que me deje llevar y entre en una caída libre gloriosa y caótica o que me desconecte por completo y para siempre, como una especie de mecanismo de seguridad.

Machine Translated by Google

CAPITULO CUATRO

Luz de gas

Control a través de la manipulación

> “El gaslighting es una forma de abuso mental en la que se distorsiona o manipula la información, se omite selectivamente para favorecer al abusador o se presenta información falsa con la intención de hacer que las víctimas duden de su propia memoria, percepción y cordura”.
>
> — Wikipedia

Diana

Mucha gente comenta que los psicópatas son manipuladores y juegan con su mente para controlar a sus víctimas. ¿Manipula usted a la gente?

Steve

Descubrí que hay una condición que les ocurre a algunas personas y que las hace perfectas para que las manipulen. Lo descubrí cuando buscaba cosas que pudiera decirles a las personas para ocultar mis comportamientos.

Diana

¿Qué tipo de cosas necesitas ocultar?

Steve

Se trataba simplemente de los juegos a los que juego. Solo decía que suelo jugar a esos juegos para provocar un cambio en una persona o para que dependa más de mí, de modo que tenga más control.

Diana

¿A qué tipo de juegos juegas?

Machine Translated by Google

Steve

Hay muchos juegos que puedes jugar para hacer que la gente piense lo que quieres, como la carta dañada, pero aquí hay uno que se me ocurre.

Le diría a mi chica que se reuniera conmigo en un bar para tomar algo, y antes de que llegue, voy a buscar a un miembro del personal del que creo que estará celosa y comienzo a hablar con él, pero de una manera que no le haga pensar que estoy tratando de ligar con él, pero que le parezca familiar.

Tal vez incluso les digas que te encontrarás con tu chica allí y que es un lugar muy agradable. Pero estate atento por si entra para poder verla primero.

Luego puedes fingir que no la viste entrar y antes de que ella se acerque a ti puedes decir algo gracioso para hacer que el miembro del personal se ría un poco y luego irte caminando.

Entonces tu chica te ha visto con ellos y no está segura de qué pensar y cuando ella pregunta quién era, pensando que podrían ser amigos, simplemente dices "nadie" o "solo un viejo amigo".

No te ofrezcas a presentarlos. Es solo un pequeño juego, ¿es eso lo que quisiste decir?

Fred

La gente juega y, cuando se realizan determinados movimientos, es mucho más probable que se produzcan otros contramovimientos. De ello se deduce que, si su apariencia es un movimiento y, por lo tanto, desencadena ciertas reacciones probables, puede predecir esas reacciones y aprovecharlas mejor.

Machine Translated by Google

Todo es cuestión de apariencias. Quizás no sea la mejor forma de reforzar tu posición, pero es verdad. Si te presentas al trabajo luciendo como un vagabundo, intentarán despedirte. Si te presentas a la audiencia disciplinaria con una sonrisa y un traje, se disculparán y te darán dinero.

El problema para muchos es que atribuyen un significado profundo a estos patrones, sus mecanismos de respuesta neurológica se ven moldeados por ellos y llegan a pensar que son “correctos” o “buenos”, pero no son ni lo uno ni lo otro, sólo son útiles.

Presiona verde para golpear, rojo para saltar y azul para rodar borracho a las 8 a. m. el día de la boda del amigo de algún socio y dispara unas cuantas salvas de "eres irracional, necesitado y lastimoso por siquiera sospechar mis motivos, estuve despierto toda la noche con un amigo angustiado" cuando te pidieron una explicación.

Sin pensarlo. Como algo natural. Es lo más fácil y natural.

Tal vez decir que estamos jugando un juego diferente sea engañoso: todos estamos jugando el mismo juego, pero sólo algunos de nosotros somos conscientes de ello.

Diana

¿Cómo te ayudan estos juegos a controlar a alguien? ¿Conoces alguna palabra o forma en particular de hacerle creer que es su culpa?

Steve

Es fácil hacer que alguien piense que las cosas son culpa suya; sólo hay que hacerle dudar de sí mismo, lo que es más fácil cuando tiene baja autoestima.

Machine Translated by Google

Si dijera: "Tienes un cerebro como un colador", entonces cambiara algunas cosas a tu alrededor sin que lo supieras, como los horarios y las citas que habías concertado y dónde están tu teléfono y tus llaves.

Entonces empezarías a creer que tenía razón después de un tiempo. Entonces te culparía por olvidar algo y tú simplemente pensarías que fuiste tú y pedirías perdón.

Diana

El ejemplo que das al explicar los juegos es útil porque ayuda a dar algún contexto a lo que los juegos significan para ti.

Dicho esto, si deseas agregar más ejemplos que serían útiles, supongo que tienes bastantes juegos, tanto sutiles como más directos, que han funcionado bien para ti.

¿Cuáles son algunos ejemplos específicos de cartas dañadas que juegas? Supongo que también estás diciendo que hay un problema si inventas una historia sobre el daño y luego puede resultar confuso hacer un seguimiento de los detalles.

¿O aíslas a tus socios de las personas que te conocen bien para que las historias no entren en conflicto?

Steve

Tarjeta dañada. Debes tener cuidado si haces esto demasiado pronto; debe ser algo que les digas sobre ti que nadie más sepa y debe ser algo que no sea normal que todos sepan, como:

Machine Translated by Google

Escuchar voces (pero sólo una).

Ser abusado sexualmente cuando era joven.

Ver a un amigo cercano suicidarse.

Ser golpeado por tus padres a una edad temprana.

Tener depresión severa.

Y uno que sí funciona.

Es sorprendentemente un ex sicario arrepentido.

Diana

Me tuve que reír por la carta del asesino utilizada, personalmente eso me haría correr, pero es interesante que funcione tan bien.

Puedo imaginarte añadiendo algo de misterio al decir que sólo podrías contarles una pequeña parte.

Si sintieron curiosidad por este momento, podrían quedarse en silencio y decir: No puedo hablar de eso porque quiero protegerlos de mi pasado.

¿Es algo así?

Steve

Sí, así es más o menos como va la cosa, pero es bueno porque no es algo que la gente se diga entre sí, así que ella simplemente les dirá a sus amigos que tienes un pasado oscuro.

Diana

El término “gaslighting” explica lo que haces en cuanto a decirles que su mente es como un colador y luego proceder a engañarlos sobre las cosas.

O plantar información en sus cabezas.

Machine Translated by Google

Factura

Has dado en el clavo hipotético con tu comentario sobre la introducción de información. Esta es mi gallina de los huevos de oro. En cuanto a la manipulación psicológica, la verdad es que nunca había oído el término. Tuve que buscarlo. Después de leer la definición, diría que es una herramienta que utilizo a diario. Me sorprende lo moldeable que es realmente la memoria.

Si confías lo suficiente en mí y soy lo suficientemente convincente, recordarás un hecho tal y como te lo he contado. Defenderás mi versión como la verdad absoluta.

Mejor aún, te indignarás por la injusticia a la que me sometieron y saldrás en mi defensa.
Esto, sumado a las ideas que se fueron difundiendo, me ha permitido estar en condiciones de convertirme en el héroe.

Puedo salvar a la agencia del desastre inminente que nadie vio venir. Mejor aún, puedo salvar a la agencia del desastre inminente que está causando el tipo que ocupa la oficina que quiero.

Fred

Gaslight es un término que acabo de aprender, pero me gusta mucho. El término, claro está. Se adapta perfectamente a lo que es. No sólo intención, sino espectáculo.

Hazlas parpadear, hazlas atenuar, hazlas brillar más que nunca, empuja los límites del brillo y la oscuridad sin sobrepasarlos nunca y apágalos o quemándolos.

¿No quieres arder intensamente? Yo sí. Estamos más vivos en el borde. Ja. Algunos de nosotros solo estamos vivos en el borde. el borde. O sobre él. Cayendo, para siempre. Creo que podría

Machine Translated by Google

Está relacionado con el concepto de ensalada de palabras. En realidad, no me gusta mucho, porque ¿para qué decir tonterías cuando se puede hacer algo más constructivo y con sentido?

De todos modos, es una forma de distraer aún más, de ganar tiempo para pensar, de enturbiar las aguas. Pero la ensalada de palabras consiste básicamente en manipular una conversación haciendo que la mente de la otra persona se tambalee con tantos saltos locos, incongruencias y yuxtaposiciones que solo puede suponer que está siendo estúpida.

Francamente, la mayoría de las personas quedan tan confundidas ante un relato coherente y verdadero presentado con rapidez y con detalles, que decir tonterías parece una pérdida de tiempo.

Diana

¿Conoce más ejemplos de gaslighting?

Fred

Mi alternativa preferida a sonar como un loco balbuceante (¡espero no serlo, de todos modos!) es dar un análisis tan increíblemente detallado sobre la marcha que es un poco como llegar a una fecha límite solo para darte cuenta de que no has hecho nada del trabajo.

Sin embargo, el ponerse al día nunca llega a alcanzar al otro, por lo que la otra persona siempre está unos pasos atrás y no tiene claro por qué.

¿Qué se consigue con esto? Dudar de mí mismo. ¿Lo estoy siguiendo correctamente? ¿Tiene razón y yo no soy lo bastante inteligente como para seguirle el ritmo? ¿He cometido un error garrafal?

La mitad de las veces, la gente pasa directamente a estar a la defensiva y realmente no...

Machine Translated by Google

Sé por qué. Aunque sé por qué, acabo de explicarles el motivo y estoy tratando pacientemente de repasarlo nuevamente para los niños más lentos que están al final de la clase.

¿Es más o menos probable la persona que aparentemente sabe lo que está pasando que la persona cada vez más confundida y ligeramente molesta que no lo sabe?
El contexto está establecido; el marco de la conversación ahora contiene algunas suposiciones inocuas que ni siquiera has notado que se están introduciendo...

Y el césped no se corta, o me voy a dormir para quitarme la resaca sin hacer más preguntas o lo que sea que de repente me encontré teniendo que resolver sin preparación.

Estoy seguro de que lo habrás visto antes, pero insinuar con fuerza pero negar rotundamente que hay otras mujeres husmeando es otra.
Como dije antes, es mucho más probable que la gente actúe de forma conservadora que de forma especulativa.

De todos modos, todas las mujeres parecen despreciarse por completo entre sí, así que un pequeño recordatorio de que estoy con ellas por elección y no por necesidad puede ayudar a mantener la paz.

En general, esto mantiene a raya otras neurosis, incluso más insanas. Supongo que es como la consolidación de deudas para la ansiedad. De manera similar, no mostrar interés ni preocupación cuando la otra persona sale con un amigo parece dar resultados muy similares.

Si (o mejor dicho, cuando se mencione. Se mencionará.
Sin falta. Especialmente si lo hacen para intentar hacerme enojar porque, entonces, ¿quién es el mega-

Machine Translated by Google

¿Perra? Y les sale el tiro por la culata) y entonces se lo menciona; la respuesta es: "No estoy paralizada por las inseguridades y no tengo una necesidad abrumadora de controlarte. Si pudieras intentar ofrecerme el mismo grado de confianza y respeto, entonces tal vez no tendríamos tantas discusiones por desaires imaginarios".

Por otra parte, tal vez soy simplemente inusual en el sentido de que no soy premeditadamente malicioso al respecto. Supongo que el hecho de que pueda pasar de estallar de rabia un minuto a estar totalmente sereno y conciliador al siguiente es probablemente la forma "principal". O viceversa.

Explicar en voz alta que no me voy a involucrar, que es una pérdida de tiempo discutirlo con alguien tan irrazonable, que voy a salir, todo mientras hago muy claramente lo contrario de estas cosas, probablemente sea otra.

Otro sería un desinterés completamente desapasionado seguido de súplicas emocionales aparentemente frenéticas o de enojo extremo, malestar o aparente confusión.

Diana

¿Qué hace que sea fácil aislar a tus amigas de sus amigas? ¿Tienes que decirles que no te gustan sus amigas? ¿O cuál sería un ejemplo de cómo lograrías que renunciaran a sus amigas?

Steve

Esto es algo que hago para que dependan de mí y que el poder en la relación pase a mi lado. Es fácil aislarlos de sus amigos, pero la familia puede llevar más tiempo y yo...

Machine Translated by Google

No creo que lo hiciera si no fuera a durar más de tres años.

Fred

En lo que respecta al aislamiento, volvemos al terreno de mi análisis de mi propio comportamiento bajo una interpretación particular. No me propongo aislar a las personas.

Ni siquiera estoy seguro de si lo hago, particularmente si lo hago, pero tiendo a terminar con personas que ya están aisladas.

Mi respuesta absolutamente honesta en términos de intención en ese momento es "ayudarlos" (condescendiente; lo sé) o simplemente hacerlos felices en general.

Sin embargo, la intensidad con la que mis relaciones tienden a comenzar (y continuar y terminar... No disfruto la experiencia de considerar y tener que admitir tales cosas, debo decir) significa que el aislamiento está a la orden del día.

Al menos, a menos que conozca a alguien que invite a otras personas a salir o a acostarse con nosotros, lo que creo que me parecería bastante raro. ¡Sin duda tendrían que ser muy atractivos, por decirlo de alguna manera!

Diana

¿Cómo lograr aislarlos de sus amigos?

Steve

Esto es fácil: haz que tu amiga coquetee contigo delante de ella o sabotea algo en su vida que la beneficiaría y siembra dudas acerca de que su amistad es unilateral.

Machine Translated by Google

Diana

Algunos miembros de mi foro han mencionado que su sueño ha sido interrumpido. ¿Es esto una ¿Que tecnica utilizas?

Fred

No altero deliberadamente los patrones de sueño, pero tampoco hago ningún esfuerzo por modificarlos para que sean menos disruptivos. A veces apenas duermo durante días o semanas, otras veces me invade la pereza.

Pensándolo bien, esto rara vez coincide con los planes conocidos de mi pareja, y es probable que cualquier conflicto se resuelva de forma similar al ejemplo de cortar el césped.

Además, no sé si cuenta, pero a veces, cuando estoy particularmente frustrada, asesto un golpe muy preciso en un punto débil emocional, pero lo hago de una manera aparentemente inconsciente: "no eres apta para la maternidad", "eres incapaz de relajarte", "por eso no tienes amigos".

Todas estas cosas pueden ser completamente ciertas, pero se dicen en un tono muy calculado y racional y, por lo tanto, no suenan como si se hubieran dicho puramente por enojo.

Más adelante afirmaré que lo dije solo por enojo, pero tal vez agregue un "pero supongo que hay algo de verdad en ello", porque a nadie le gusta alguien que se retracta de sus palabras.

Steve

Cambiar los patrones de sueño de las personas ayuda a crear una personalidad sugestionable, por ejemplo, manteniéndolas cansadas despertándolas con una palmada o un golpe en la pared.

Machine Translated by Google

están lo suficientemente dormidos, entonces no sabrán por qué se despertaron, solo que lo hicieron.

Alternativamente, darles a las personas antidepresivos o estabilizadores del estado de ánimo cuando no los necesitan puede alterar su forma de pensar y desequilibrarlos en un sentido mental, y no es difícil conseguirlos hoy en día.

Diana

Es bastante inteligente usar antidepresivos y estabilizadores del estado de ánimo, no estoy seguro de cómo funcionaría, ¿hay que mezclarlos con algo y aproximadamente cuánto tiempo tarda en empezar a hacer efecto?

Steve

Si drogo a alguien, se necesitan tres semanas para tener un efecto notable porque es una dosis pequeña y sé cocinar, así que es fácil ocultar el sabor.

La mejor parte es que si a sus amigos no les agradas, puedes decirles que estás preocupado por ella porque ha estado actuando de manera extraña y ganar puntos con ellos por estar preocupado.

Diana

¿Por qué crees que el gaslighting funciona?

Factura

Joseph Goebbels14 dijo una vez: "Si dices una mentira lo suficientemente grande y sigues repitiéndola, la gente acabará creyéndola. La mentira sólo se puede mantener".

14Joseph Goebbels fue un político alemán y Ministro de Propaganda del Reich en la Alemania nazi de 1933 a 1945.

Machine Translated by Google

durante el tiempo que el Estado pueda proteger al pueblo de las consecuencias políticas y/o militares de la mentira.

“Es de vital importancia que el Estado utilice todo su poder para reprimir el disenso, porque la verdad es el enemigo mortal de la mentira y, por extensión, la verdad es el mayor enemigo del Estado”.

Sustituye la palabra "psicópata" por la palabra "estado" y tendrás la base de la metodología del psicópata. Ésta es la base de la técnica del "gaslighting".

La mentira debe permanecer fresca en la mente de las personas a las que se dirige. El mentiroso debe mantener la atención de la víctima en creer en la nueva realidad y no permitir que empiece a cuestionar su autenticidad.

Esto es absolutamente crucial, pero para mí es algo instintivo. A nivel consciente, ni siquiera me doy cuenta de que lo estoy haciendo. Por ejemplo, si alguien te golpea, te estremeces. No era tu intención hacerlo.

Ni siquiera te diste cuenta de que lo hiciste hasta que ya te encogiste. Lo mismo me pasa a mí. No me doy cuenta, al menos no siempre, de que estoy preparando el terreno para una mentira hasta que ya he empezado a hacerlo.

Si surge una oportunidad de obtener un beneficio, instintivamente tomo medidas para asegurarme de recibirlo. Diría que es raro que deje pasar una oportunidad así.

Diana

¿Cuál es el proceso de manipulación psicológica que sigues? ¿Cómo empieza?

Machine Translated by Google

Fred

Yo pensaría en la fase inicial como "enamorarse" o "conocerse". El gaslighting aparece cuando empiezan a aparecer grietas en estas partes, como reacción a la amenaza que representan.

Después de un tiempo, esto se desvanece y pasa a la fase de lograr que se vayan.

No fue algo planeado, pero es una descripción deprimentemente precisa de al menos la mayoría de mis relaciones. Recuerdo que cuando era más joven y todavía estaba estudiando, una novia me dejó de manera bastante inesperada.

Me esforzaba por mantener conversaciones tranquilas con otras personas que estaban en la misma habitación que ella, pero constantemente las miraba como si no quisiera que me escucharan y luego terminaba con una broma para que yo y la persona con la que estaba hablando nos riéramos.

Obviamente, ella pensó que nos reíamos de ella, lo que a veces se veía agravado por el hecho de que yo llamaba su atención hacia ella como la razón por la que yo tenía que ir, por lo que ellos también miraban hacia allí.

Estaría hablando de una tarea o simplemente de una charla informal, pero que parezca otra cosa.

¿Lo mejor? Cuando ella interrogó a las demás personas sobre este tema, queriendo saber lo que yo había dicho, negaron por completo tener conocimiento y le dijeron que dejara de ser tan paranoica.

De repente, ya no soy yo, sino una conspiración que involucra a todos. Sin que yo haya dicho nunca una palabra fuera de lugar.

Machine Translated by Google

Creo que en aquella época era bastante cruel. Lo atribuí a la inexperiencia y a la confusión hormonal.

En cuanto a la construcción de vínculos, adopto un enfoque directo: les digo que tengo problemas de confianza debido a algo poco específico de mi pasado que me llevó a tener que proteger una parte de mí contra más daños. ¡En cierto modo, es cierto!

Sea cual sea la verdad, el resultado es que están decididos a salvarme. Es decir, se venden a sí mismos con la idea de ser la persona tan maravillosa que me abre, les permite entrar y, finalmente, me arregla, cuando ninguna otra mujer podría hacer eso.

Les advierto que hay una especie de locura problemática o un secreto oscuro que no puedo perdonarme (que luego puede resultar ser que soy tan sensible y cariñoso que he pasado mi vida castigándome por algo que ni siquiera fue mi culpa) o lo que sea.

A menudo digo con tristeza que sé que algún día me dejarán porque todo el mundo siempre lo hace. Lo cual también es cierto.

¿Ves cómo la verdad anima a las personas a mentirse a sí mismas?

Además, no juzgo a los demás, soy paciente, indulgente, comprensivo y capaz de ofrecer mucha información.
Esas son cosas que la gente quiere fomentar, por lo que envían señales para tantear el terreno; ¿me aceptará para X o Y?

Sea cual sea su mayor inseguridad, quieren apaciguarla, dejarla de lado y lanzarse de lleno. Quieren, quieren, quieren. Acariciar al león, domarlo y mostrarle tu

Machine Translated by Google

parentesco, dominio y aplomo. Luego llora como un bebé cuando te rasguñen o te muerdan.

La gente confía en mí porque quiere confiar en mí. Yo quiero que confíen en mí. Incluso quiero poder confiar en ellos. Creo que puede ser el proceso de darme cuenta una vez más de que no puedo, y entonces comienza el declive hacia la decepción y, finalmente, el desamor.

Antes de que la relación evolucione hacia el gaslighting, existe la fase en la que se está engañando a la pareja.

Por lo que entiendo el objetivo aquí es lograr que primero cuenten todo sobre ellos mismos y sean el gran oyente que puedes utilizar más tarde y luego cuando sea tu turno presentar la imagen de ser una víctima de la vida y decir cosas para provocar simpatía (?) o vínculo?

Quizás cosas como una infancia difícil, algún posible abuso sexual, ya sabes, ese tipo de cosas que se comparten como secreto no solo para evitar que se lo cuenten a otros, sino para atraerlos a la confidencia.

Diseñamos situaciones en las que resulta obvio cómo se comportará la gente. Luego no nos comportamos de esa manera, forzando a la otra persona a hacerlo. ¿Fuiste a ver una película y me besaste? ¡Pero tienes novio! Bienvenida al otro lado de la línea. La diversión comienza aquí.

Diana

Creo que debería compartir mis reacciones ante algunos de sus comentarios. En realidad, me sorprende bastante.

Machine Translated by Google

Solo he oído a la víctima describir el gaslighting como si lo hubieran hecho, pero no tanto como yo esperaba. Si se hace bien, creo que debe ser eficaz porque la gente probablemente no tenga ni idea, y supongo que ese es el mejor resultado desde tu punto de vista.

Es tan claro cuando se describe, pero tan sutil para la persona que lo recibe, que puede hacerlo una y otra vez sin que lo descubran.

A veces me entra una especie de jadeo y una risa nerviosa. Sé que no es porque me parezca gracioso que las personas sufran o sean torturadas emocionalmente.

Necesito algo de tiempo para procesarlo, pero al principio creo que quizás hay cierta frialdad en la habilidad de hacerlo.

Fred

Quizás lo que te hace reír es la simplicidad del asunto o las perspectivas psicológicas que brinda sobre cómo funcionan las personas. "¡Ah! ¿Así es realmente como funciona la gente? ¿Es así de simple? ¡Dios mío, qué mundo!"

También hay en ello una especie de declaración oscura y elegante: piensas que "yo" es distinto de "todo lo demás" y que tu mente es una especie de sala de control interna secreta desde la que diriges las cosas, pero no es así en absoluto.

Lo que hace es presionar la mentalidad externa del individuo de tal manera que diga: "Bueno, mira; no eres tan inteligente, tan sutil o tan en contacto con la realidad como crees que eres. Así que no me hables como si fuera un idiota cuando eres tú el que no le ha dado importancia a esto".

Machine Translated by Google

"Pensamiento real". Eso es tocar los botones que la mayoría de las personas creen tener bien escondidos, generalmente incluso de sí mismos.

¿Por qué le molesta a alguien el asunto del papel higiénico? Porque tienen una necesidad patológica de imponer una estructura a su entorno, de funcionar según reglas fiables. Poner de relieve esto muestra las grietas de su autoengaño.

Diana

Una persona a la que estoy entrevistando va un paso más allá y les da a sus parejas antidepresivos o estabilizadores del estado de ánimo que, según él, son fáciles de conseguir (y estoy de acuerdo), y les da dosis como parte del proceso de desestabilización.

Creo que todo se reduce a una necesidad de control o a un método de control que se adapte a esa necesidad. ¿Qué opinas?

Factura

No recurriría a controlar a alguien a través de medicamentos. No es una cuestión de justicia; no me hago ilusiones de que lo que hago es justo. Es una cuestión de necesidad. No necesito medicamentos para obtener los resultados que quiero.

Quiero el control, pero quiero el control total. No quiero el control de un zombi medicado. Mejor compraría otro perro.

Mi primer pensamiento, después de leer la historia, fue que no debía haber sido capaz de controlar al sujeto sin productos químicos. Es una lástima. ¿Creo que es un juego limpio? Supongo.

Machine Translated by Google

Supongo que aquellos menos dotados que yo deben encontrar otra manera. Preferiría que esa persona en particular fuera borrada del acervo genético. Simplemente porque es inferior. La psicopatía puede ser un don; su especie empaña ese don para las generaciones futuras.

Prefiero que mis objetivos estén dispuestos, aunque mal informados, a cooperar y a someterse. Si es que eso tiene sentido.

Fred

Debo decir que no puedo aprobar los comentarios de la otra persona que mencionas. Nunca jamás medicaría a alguien de esa manera y lo considero una crueldad desmedida.

Si me acorralan, puede que sea desagradable, pero la manipulación sistémica de la química cerebral de alguien es un comportamiento bastante vergonzoso, e incluso yo puedo verlo.

También es hacer trampa, básicamente, como si dijeras: "No puedo lograr hacer esto por mis propios méritos". ¡Ja!

Drogas para mejorar el rendimiento. Patéticas en el extremo.

Sin embargo, quiero repetir una vez más que este no es mi modus operandi en absoluto y que probablemente tomaría medidas por mi cuenta contra cualquiera que descubriera que le hace eso a alguien.

En cierto sentido, supongo que tengo que admitir que tengo una especie de complejo de dios. No sé en este momento si esto te sorprenderá o no, pero cuando más me enojo y me muestro más despiadado es cuando estoy en un estado de

Machine Translated by Google

de indignación moral; ¡esto está mal y NO lo dejaré sin corregir!

Tal vez lo tome más como una afrenta personal que otros, pero tengo un sentido muy fuerte del bien y del mal. Lo cual es muy diferente a decir que soy muy buena en comportarme sólo de las buenas maneras, porque si este proceso me ha enseñado algo, es que aparentemente no lo soy. Al menos en las relaciones, incluso cuando intento serlo.

Diana

Una cosa que no mencioné o no dejé en claro es que muy, muy raramente tengo una reacción así que me hace jadear y luego reír.
Tiene que haber algo muy bonito ahí para que yo tenga ese tipo de reacción.

Solo puedo recordar un par de veces en el último año, y una de ellas fue cuando estaba viendo Breaking Bad e hicieron algo realmente escandaloso que provocó un jadeo sin risa.

Por eso, la risa y el jadeo son algo poco frecuente en mí. A mí y a un par de amigos a los que les pregunté no les produjo ningún placer la risa nerviosa, sino una respuesta a algo extremo que absorber y asimilar.

Fred

Entiendo a qué tipo de risa te refieres.
¿Te sorprendería que yo reaccione con frecuencia de manera similar? No diría que me siento necesariamente nervioso, sino sorprendido y... supongo que con una especie de deleite, pero en el sentido de descubrimiento inesperado, no de "placer puro".

Machine Translated by Google

Supongo que veo gente diciendo/haciendo cosas completamente fuera de cómo se espera que la gente actúe, como una especie de conexión, que no somos todos tan totalmente extraños y diferentes después de todo.

No recuerdo si reaccioné de esa manera cuando me contaste el incidente, pero no sería descabellado pensar que así fue.

Diana

Estoy leyendo que estás pensando que has descubierto algo más que reírte de alegría. Creo que es más cierto si nos basamos en lo que dijiste después del comentario de "eso es deplorable".

Fred

No estoy seguro de lo que quieres decir con eso de descubrir algo con la risa de alegría; ¿podrías explicarme más, por favor? Lo que estaba tratando de decir es que el hecho de que se haya roto una regla social, una norma, me sorprende, porque se trata de personas que actúan fuera de los parámetros dentro de los cuales tienden a permanecer.

No todo el mundo está tan cegado por el condicionamiento social. Algunos pueden ver verdades más profundas, si es que eso tiene sentido.

Diana

Francamente, no soy una persona a la que le guste entablar conversaciones circulares que no dejan de dar vueltas.

No voy a perder el tiempo buscando más ejemplos para ustedes porque el que mencioné se ha convertido en un maratón de

Machine Translated by Google

Palabras y desviaciones del punto original.

Fred

Lamento si he dado la impresión de que no me interesan sus reacciones y pensamientos, porque no es así. Lo que me resultaba frustrante era que mis intenciones y el grado en que les asignaba o no valor parecían estar siendo mal juzgados. No discuto que a muchas personas no se les ocurriría comentar las cosas que hice y lo que soy.

Sé que pienso de manera diferente a la mayoría de la gente sobre muchas cosas.

Esto puede haber sido especialmente frustrante porque estoy tratando de ser completamente honesto acerca de todo. Me doy cuenta de que mi estilo introspectivo un tanto despreocupado a lo largo de gran parte de este artículo no es el más fácil de entender, por lo que no estoy tratando de culparte de ninguna manera. Sin embargo, me preocupaba que el "equilibrio" de mis comentarios se estuviera interpretando de una manera muy diferente a la de una descripción precisa.

Estoy de acuerdo en que es deplorable por sus propios motivos, así como estoy seguro de que estamos de acuerdo en que el asesinato, la violación, la violencia doméstica, etc., son todos deplorables "tal como son".

De hecho, creo que todas las posiciones morales son necesariamente reducibles a expresiones de un compromiso con un valor y, en el nivel más fundamental, "simplemente son".

Puede haber discusiones sobre por qué sentimos que simplemente son así (consentimiento, autopropiedad, explotación de desequilibrios de poder, etc.) que pueden ser interesantes y útiles de considerar. Sin embargo, en cada paso de la justificación siempre podemos seguir preguntándonos "¿pero por qué X?" (X =

Machine Translated by Google

el actual 'nivel' de justificación), por lo que al final debemos aceptar que hay un 'porque simplemente es' subyacente a todo.

Es como cuando alguien ve un cuadro y, cuando le preguntan por qué le gusta, da todo tipo de razones; me recuerda a mi infancia. Me gusta el juego de luces y sombras. Me habla de serenidad y todo ese tipo de cosas. Pero, en realidad, son observaciones de autoanálisis psicológico, una forma de construir una narrativa que explique la experiencia de que te guste el cuadro.

En el fondo, la verdadera respuesta a la pregunta "¿por qué te gusta mirar ese cuadro?" es "me da placer". En el caso de la moral, da una sensación de desagrado ético.

La forma en que nos explicamos y justificamos eso no cambia el hecho de que efectivamente tuvimos esa experiencia de la cosa y no una experiencia diferente.

Sospecho que esto suena a desvío del tema o a una tangente, pero no lo es.

La forma en que describes la diferencia es, en realidad, muy perspicaz, porque supongo que es, al menos en parte, lo que hago. También es, en gran medida, lo que hago cuando intento ser empático.

Supongo que se podría decir que no es un caso de que no tenga contenido emocional (ciertamente lo tengo y a menudo de forma bastante pronunciada, por eso supongo que soy bipolar), sino que eso no se conecta necesariamente con el lado racional de mis pensamientos.

Machine Translated by Google

En lugar de ser impactado por la importancia y la inmediatez de lo emotivo, se desarrolla mientras lo racional continúa ininterrumpidamente, resolviendo problemas y analizando.

Parte de la tendencia más impulsiva y hedonista es sin duda una manera de intentar bloquear el torrente constante de análisis e introspección.
Lo cual, ahora que lo he escrito y lo he pensado, creo que es algo casi profundo, en lo que a intuiciones se refiere; tengo que suprimir lo racional para experimentar más directamente lo emocional.

También explicaría en cierta medida por qué soy una persona mucho más agradable cuando he bebido unas cuantas copas que cuando estoy sobrio.

De todos modos, volvamos a mi punto sobre tu descripción de la diferencia. Estoy totalmente de acuerdo y creo que has puesto el dedo en la llaga: todo tiene que ver con perspectivas, enigmas y verdades. Esta última es probablemente la que he transmitido de forma menos coherente, ya que se trata de encontrar las diferentes verdades en una situación.

¿Por qué es moralmente repulsivo hacer eso? Porque es cruel, viola el consentimiento, explota un desequilibrio en las relaciones de poder, etcétera. Pero también porque es moralmente repugnante. Pero esa no es la única verdad. porque incluso en sus propios términos es una mala decisión; los aspectos emocionales y racionales, incluso considerados individualmente, conducen a la misma conclusión.

Por lo tanto, es moral e intelectualmente incorrecto.
Ninguno de ellos proporciona una base para afirmar que es cierto "esta es una buena decisión", incluso si se reduce a...

Machine Translated by Google

interés propio puro y olvídate de cómo pueden sentirse los demás al respecto.

De alguna manera, has aprendido por ti mismo una de las lecciones que la gente suele aprender en la escuela: el hecho de que algo parezca una perspectiva totalmente ajena, irrazonable o sin sentido no significa que sea irracional. Por extensión, hay más que aprender al llegar a comprender esa perspectiva que al descartarla debido a reacciones emocionales.

La gente hace cosas verdaderamente horribles por razones emocionales, así que diría que la mayoría, si no todos, deberían aprender a hacer esto mucho más a menudo. No necesariamente actuar de acuerdo con la nueva comprensión, pero al menos comprender su forma y función.

Parece que tu reacción a mis ejemplos fue similar a la que yo sentí ante el ejemplo del antidepresivo que mencionaste. Es realmente bastante deplorable.

También es profundamente estúpido, porque deja un rastro químico que será detectado si la persona entra en crisis y termina buscando atención médica.

Si le responden a la pregunta "¿Por qué me siento así?" "Porque, según los análisis de sangre, sigue tomando medicamentos contraindicados para el estado de ánimo", pronto volverá a casa. Y, por supuesto, es realmente una crueldad innecesaria.

Creo que puedo asociar la inmoralidad con la estupidez.
Como lo haría cualquier buen rey filósofo, si creemos en Platón.

Machine Translated by Google

¿Lo sé con seguridad y solo estoy jugando? ¿No lo sé y solo estoy tratando de averiguarlo? ¿No lo sé y solo estoy loco? Jaja.

Míralo de esta manera: lo que dije sobre que la gente se miente a sí misma es muy válido, porque no importa lo que diga, no puedes confiar en ello y, por lo tanto, tienes que guiarte por tu propio instinto. Tú llenarás los espacios en blanco.

Mi lado de esta conversación se basa en "no creas ni una palabra de lo que digo", así que tienes que decidir qué leer en ella, y tus conclusiones son sólo tuyas.

¿Cómo sería hablar con un psicópata que estuviera jugando? ¿Cómo sería hablar con alguien inestable que cree que es un psicópata y actúa como cree que lo haría un psicópata, pero no es así?

Entonces, no se trata de si confías en mí, sino de si confías en ti mismo. No estoy en posición de tomar esa decisión. O mejor dicho, no estoy dispuesto a tomarla porque 1) sería potencialmente errónea y 2) propensa a sesgar el resultado de maneras impredecibles.

Teorema de incompletitud de Gödel de la psicología humana15: ¿en qué punto de la cadena de posibles

---

15La teoría de Gödel es básicamente que “todo aquello a cuyo alrededor se puede trazar un círculo no puede explicarse sin hacer referencia a algo que está fuera del círculo, algo que hay que suponer pero que no se puede demostrar”. En realidad, es una teoría interesante. Gödel creó su prueba a partir de “la paradoja del mentiroso”, que es la afirmación “estoy mintiendo”.

“Estoy mintiendo” es contradictorio en sí mismo, ya que si es verdad, estoy mintiendo, lo que hace que la afirmación sea falsa; y si es falsa, estoy mintiendo, por lo que la afirmación es verdadera. Gödel, en una de las jugadas más ingeniosas de

Machine Translated by Google

¿Bluffs? ¿Te dejas llevar y simplemente sigues tu instinto? ¿Hasta qué punto está justificado que alguien siga su instinto? Al final, debemos aceptar una justificación como "base". Pero, ¿cómo podemos confiar en nosotros mismos para saber cuándo identificar ese límite? Y así sigue la historia.

Diana

Tendré que buscar zonas específicas para responder a tu pregunta, pero en general es el mismo problema que tiene la mayoría al no frenar mientras vas adelante.

Un ejemplo es cuando mencioné cómo el sujeto utilizó el método de las pastillas para manipular a sus víctimas. Tu respuesta inicial en la primera parte del párrafo fue que es deplorable. Bien, cualquiera tendría esa reacción. Luego pasas a indicar las razones por las que es deplorable para ti, ya que podrían atraparte.

A alguien que no sea psicópata le parecería deplorable, así que lo mejor sería que no te descubrieran si te quedas con eso y no das explicaciones sobre el motivo. Alguien que no practica el gaslighting no pensaría en meterse en problemas con las autoridades, sino que se concentraría más en que es un acto deplorable.

Por ejemplo, podría decir que es deplorable, espero que lo atrapen haciendo tal cosa, o yo...

La historia de las matemáticas convirtió la paradoja del mentiroso en una fórmula matemática. Demostró que cualquier afirmación requiere un observador externo. Básicamente, ninguna afirmación por sí sola puede demostrar ser completamente verdadera.

Machine Translated by Google

Siento pena por las víctimas. No se me ocurriría llevar las cosas demasiado lejos y acabar con las autoridades implicadas, porque no pienso en términos de manipulación psicológica.

Espero que entiendas mi ejemplo y esperaré tus comentarios antes de buscar otros.

Te daré algunos ejemplos más cuando regrese, ya que tendré que leer los correos electrónicos para desarrollar un par. En general, se trata de empezar con una idea, que puede empezar a sonar razonable y luego tomar forma. Algo así como que realmente amo a mis perros y nunca les haría daño, a menos que uno de ellos ladre demasiado fuerte.

O nunca golpeé a las mujeres, pero hubo una que realmente lo merecía. Ese tipo de expresión.

Espero que entiendas que, como no compartimos pistas visuales para esta conversación, solo intento compartir mis reacciones. No se trata de juzgar, sino de contar mi reacción a este concepto en particular.

Lo que estoy tratando de decir es que si entiendo correctamente el gaslighting, la intención es causar confusión, enojo, ansiedad y se utiliza para ejercer control.

Machine Translated by Google

Simplemente no podía imaginarme pensando que eso sería algo bueno para mí en ningún sentido.
Simplemente no entiendo la necesidad de controlar a otra persona usando esas técnicas.
Por eso me parece tan interesante el concepto y la aplicación, porque es algo totalmente ajeno a mí.

Ni siquiera puedo pensar en alguna razón por la que me sentiría motivado a mover llaves, mantener a alguien alerta, etc. con técnicas de gaslighting.

Claro que lo de dar drogas está claramente en el extremo más alejado del espectro, pero si lo estoy haciendo bien, ¿es todo cuestión de control?

¿Qué sentimientos o beneficios se obtienen al ver a otra persona actuar como si estuviera perdiendo la cabeza o pensar que lo está haciendo? Esto es lo que me resulta difícil imaginar.

He pensado en ello durante bastante tiempo y realmente no puedo pensar en ningún momento en hacerle esto a otra persona.

Fred

Detesto la crueldad hacia los animales en cualquier forma y no toleraré la violencia hacia las mujeres. Nunca le he levantado la mano a una mujer y sospecho que si alguna vez lo hiciera, podría acabar suicidándome.

La crueldad, la estupidez y el egoísmo cotidianos de grandes sectores de la sociedad me enfurecen y me repugna. Toda nuestra sociedad está construida sobre estructuras y sistemas de comportamiento que son intrínsecamente dañinos y manipuladores.

Machine Translated by Google

obligar a los que están en peor situación a mejorar la suerte de los que están en mejor situación.

A veces culpo al mundo por mis errores, pero otras veces hago exactamente lo contrario. Quiero ayudar a la gente. Quiero hacer del mundo un lugar mejor.

El problema es que las formas en que lo hago a menudo terminan siendo contraproducentes, y supongo que esa es la raíz de mis problemas: hay algo que no estoy haciendo bien y no puedo decir qué es.

No soy cruel con los animales (a menudo son más tolerantes que las personas, ya que no expresan constantemente su estupidez), ni soy físicamente abusivo (aunque ciertamente he estado involucrado en peleas en el pasado) y cuando estoy en mi estado bipolar más negativo puedo tener experiencias emocionales, aunque de una manera más bien observacional.

Los comportamientos físicos pueden manifestarse (a diferencia de ser manifestados, lo cual es mucho más normal pero completamente diferente), pero en términos de experiencia consciente tiendo a "sentir" una especie de curiosidad teñida de desprecio ante estas reacciones a medio aprender.

Además, durante uno de mis episodios más excesivos de consumo de narcóticos, tuve una experiencia que creo que pudo haber sido de terror. Fue tan desagradable que no he vuelto a recordarla, pero me llevó varios años entenderla.

Nunca he matado ni violado. Considero la violencia como una herramienta poco elegante y burda que suele ser signo de falta de inteligencia.

Machine Translated by Google

No soy para nada desconocido en filosofía y hay un dicho que dice “la justificación debe terminar en alguna parte”.
El asesinato está mal. ¿Por qué? Porque causa sufrimiento.

¿Por qué es malo causar sufrimiento? Porque… y así sucesivamente. Tarde o temprano, simplemente hay que enfrentarse al hecho brutal de que “matar está mal” es una expresión de valor. No dice nada sobre el mundo.
Nada. Solo dice algo sobre el hablante.
Sobre sus valores y compromisos y su comprensión del mundo.

Entiendo las sensibilidades, aunque no las comparta, así que no se permiten conquistas sexuales explícitas ni deleitarse con la crueldad desenfrenada. Al menos, no a sabiendas. Es posible que mi idea de lo gráfico esté muy lejos de la tuya.

Posiblemente consideres crueles algunas cosas que yo consideraría bondades, regalos.

Lo mismo se aplica a la acción. ¿Por qué hago algo? Porque, porque, porque. Tarde o temprano, “porque quiero” es todo lo que te queda.
En lugar de intentar comprender las cosas, obsérvalas, dibuja en ellas y observa qué patrones encajan. Al fin y al cabo, todo son explicaciones a posteriori.

Encuentra lo que tenga sentido para ti y sigue con ello. No vale la pena dar una explicación que no sea útil. Por lo tanto, la mejor explicación es la que sea más útil para ti y tus objetivos.

Diana

Entonces, básicamente, ¿no necesitas usar drogas en tus víctimas porque seleccionas personas que son fáciles de controlar?

Machine Translated by Google

Fred

Una de las razones por las que las mujeres –y los hombres, pero especialmente las mujeres– resultan heridas en el ámbito sentimental es por lo siguiente:

Si tienes una concepción del amor tan extravagante, tan de secuela de Disney, que la realidad ya debería haberla reemplazado por algo remotamente realista, lo más probable es que atraigas la atención de alguien que desearías no haber atraído.

Tengo una teoría de que esto se debe a que las idealizaciones extremas son algo muy fácil de manipular y son motivadores muy poderosos y profundamente arraigados.

Te permite vender una idea a alguien que en realidad no quiere nada más que comprarla antes de que tú siquiera abras la boca. Es comprar antes de probar.

¿Quieres que esta fantasía se cumpla? Pues está bien.
No puedo hacer verdaderos derretimientos de ojos ni compartir el alma. Historias, puedo.

Eso es todo lo que son las emociones: ¿cuál sería mi historia de vida ideal? No solo "¿cómo sería?", sino también "¿y cómo me sentiría?". ¿Cuál sería la narrativa?

Tal vez soy mejor en esto que la mayoría porque veo mi propia vida como eso, como una narrativa. ¿Es cierto? En realidad no importa. La vida se transforma en lo que debe ser.

Controla la narrativa y controlarás la dirección, tanto la tuya como la de cualquier otra persona que haya comprado la fantasía.

Machine Translated by Google

Me divertí mucho con una de las profesoras de música. Yo no estudiaba música, pero ella era la tutora de mi primera novia. Cuando las cosas se complicaron en mi primera relación, ella cometió el error de intentar hablar conmigo para calmar la situación.

Como estuve involucrado en muchas producciones teatrales de la escuela, tuve muchas oportunidades de hacerla arrepentirse de esto.

De todos modos, era bien sabido que era fácil hacerla llorar, pero cuando me fui pude hacerla derrumbar con solo sonreírle de cierta manera. Sin embargo, recibí mucha ayuda en eso, porque el rencor típico de los adolescentes contribuía mucho a que ya estuviera loca.

En realidad, nunca se le debería haber permitido enseñar.

Diana

¿Puedes darme más ejemplos de manipulación psicológica? Hablamos de cambiar los patrones de sueño. ¿Haces otras cosas, como mover las llaves (como un pequeño ejemplo), que se considerarían manipulación psicológica?

Algunos ejemplos me ayudarían a comprender mejor.

Además, tengo curiosidad por saber hasta dónde estás dispuesto a llegar para ganar. Me gusta el dicho "lo hice mejor" en lugar de "lo hice bien".

Creo que el gaslighting parece ocupar una buena parte de la relación para lograr que las personas pierdan el equilibrio y lograr un mejor control.

Machine Translated by Google

Steve

En realidad, hacer luz de gas no requiere mucho tiempo, es solo por diversión.

He descubierto que si a las personas no les gusta quiénes son, entonces te dejan tratarlas como quieres porque no creen que merezcan un mejor trato.

Fred

He estado pensando. ¿Por qué parece haber tanta necesidad de darle sentido a la experiencia de tal comportamiento? Obviamente puedo entender por qué sería inquietante, pero ¿por qué el deseo ardiente de darle sentido? Fue lo que fue. Desafortunado, pero no misterioso. A la gente parece resultarle muy difícil aceptarlo.

Si es tan repulsivo, tan malvado, ¿por qué arriesgarse a tejerlo en su propio tapiz? El gaslighting a menudo no es intencional. Al menos, no se pretende que lo sea. La mayoría de las veces, es un pequeño ajuste a un problema de corto plazo.

Ejemplo: “Sé que dije que cortaría el césped si no llovía el fin de semana. Sé que lo sabes. Pero vamos, hace mucho sol y hay gente con la que quiero ir a tomar algo. ¿Te dije que cortaría el césped si no llovía el fin de semana? No parece probable, ya que la semana pasada tuvimos una conversación sobre que este fin de semana es el cumpleaños de Blah”.

“¿Me has estado engañando para que te haga promesas mientras estoy distraída con otras cosas? ¿Alguna vez me escuchas? No, cariño, esa es una pregunta retórica”.

Machine Translated by Google

“Seguro que no lo recuerdas bien. Sé que dije muchas veces que lo haría el año pasado, así que quizá estés recordando una de esas ocasiones. Bueno, sí, pero lo dije tantas veces porque tuvimos un desastre con el clima y nunca se presentó la oportunidad”.

“El único fin de semana que recuerdo que no llovió el verano pasado fue cuando estuvimos en esa boda. ¿Recuerdas la de tu amiga, en la que yo no conocía a nadie y tú me regañaste por tomar unas cervezas y conocer gente? ¿O quizás te gustaría hacerlo tú mismo?”

"No te veo prometiendo hacerlo ningún fin de semana. ¿Estás limpiando a los conejos? Que se jodan los conejos, apestan y probablemente morirán pronto de todos modos. Tú los querías, no yo.

—Oh, ¿no soy razonable por no asumir todas tus tareas, además de las que ya has creado para mí? ¡Bien! Como sea, querida, si estás en tu loco palacio de fantasía, puedes pedirle al mayordomo que me traiga una nota. Volveré más tarde, una vez que hayas terminado de repasar cada discusión y desaire pasado que puedas sacar a la luz de tu historial. Enemigo público número uno: Fred. Se le busca por sospecha de tener libre albedrío.

Gran parte de eso es instintivo, por cierto. Yo "soy" esas posiciones. A veces es un reflejo, una forma de desestabilizar a la gente mientras encuentro el control remoto. Y todo esto aquí es otra explicación ad hoc.

Machine Translated by Google

Quizás sé lo que estoy haciendo, pero cometo "actos" que requieren que lo olvide brevemente. Quizás no soy consciente de esta conducta en ese momento.

Sé que en el pasado habría estado en total desacuerdo con cualquiera que lo calificara de "psicópata". Ahora, tendría cierto sentido. No es que todo sea subconsciente, por supuesto.

A menudo, sobre todo en el pasado, cuando me resultaba más difícil explicar la brecha cada vez mayor entre cómo describen sus sentimientos otras personas y cómo los experimento yo, no es algo consciente. Otras veces, sin duda lo es.

Diana

¿Quieres decir que a veces juegas sin intención?

Fred

Mientras escribo esto, noto algo interesante.
Quizás por la naturaleza de lo que está en primer plano en mi mente. Hay una especie de disparadores de pensamientos, comportamientos arraigados de los que tengo que ser muy consciente.

¿Soy capaz de manipular inconscientemente una posición?
No lo puedo descartar.

Otras veces, me doy cuenta de cosas pequeñas y tengo que eliminarlas. Les cuento esto porque quiero destacar lo pasivo que puede ser el comportamiento. Puedo pensar en momentos en los que el "peor" comportamiento ha sido en respuesta a desencadenar algo accidentalmente con algo que ni siquiera me había dado cuenta de que estaba haciendo.

Machine Translated by Google

Por ejemplo, una vez hice llorar de rabia ciega a una amiga al convertir la furia en calma y comprenderla por accidente. Un estallido rápido era normal y, en su caso, solía durar unos 20 minutos. Un ataque de ira completo podía durar días y desencadenarse con seguridad si el nivel de ira aumentaba hasta un nivel decente y, de repente, yo me convertía en Gandhi.

Es como ver a dos personas ponerse de acuerdo para saltar al agua desde algo alto y que una de ellas se detenga de repente en el último minuto. Los deja totalmente desconcertados. En esta ocasión no fue conveniente, pero algo (ni siquiera recuerdo qué, pero estaba en la cocina, así que probablemente era el refrigerador) me distrajo y olvidé lo que estaba haciendo.

Esto significó que respondí con un tono de voz normal, relajado y de que la vida es fácil, y 10 minutos después estaba hablando con ella a través de la puerta del baño de abajo, mientras ella sollozaba en el suelo.

Al principio, ella seguía hablando de cómo era posible que yo fuera tan desalmada como para aparentemente no importarme (en contraposición a no importarme encubiertamente, lo que parece ser la norma aceptada para las relaciones humanas), pero eventualmente pasó a las cosas que podía intentar hacer para dejar de ser un desastre tan irracional, dependiente e indefenso.

Podrías pensar en ello como en brindar apoyo a alguien. Si piensas de forma emocional, brindarás apoyo por razones de apoyo. Si no piensas de forma emocional, también puedes brindar apoyo por todo tipo de otras razones.

Machine Translated by Google

Es un mecanismo de control tremendamente poderoso porque la gente se obliga a sí misma a pensar cosas que de otra manera les costaría mucho esfuerzo convencer.

Existen respuestas aprendidas a las conductas de apoyo, en las que las personas caerán cuando se enfrenten a ellas porque es la vía neurológica de menor resistencia. Se sentirán mal si no lo hacen, porque sus desencadenantes de recompensa están configurados de esa manera.

Se sienten irracionales, poco razonables, avergonzados, apenados... nada de lo que normalmente sentiría una persona que tuviera buenos motivos para estar enojada. Por lo tanto, no pueden haber tenido buenos motivos para estar enfadados, y la discusión fue culpa suya. Tienen suerte de tener a alguien tan paciente y comprensivo, la verdad.

Diana

Lo describes como algo normal; así como algunas personas escriben con la mano izquierda, otras hacen luz de gas a sus parejas como una forma habitual de proceder. ¿Se te ocurren otras técnicas?

Fred

Me gusta tu comparación con ser zurdo. Supongo que es similar; es una reacción instintiva que luego requiere un conjunto particular de habilidades y procesos para recuperarse. Incluso podría darse el caso de que la mitad de las veces se haga para encubrir lo que sucedió la otra mitad; por qué las llaves del auto se movieron solas, quién prometió hacer/no hacer qué, cuándo, etc.

Machine Translated by Google

¡Ah! Se me acaba de ocurrir otro posible ejemplo: salir de una habitación en medio de una pelea acalorada y ponerme rápidamente cómodo y relajado, solo para seguir gritando como si todavía estuviera muy enojado.

Es más para aparentar, pero si ellos entran y me encuentran sentado allí felizmente leyendo un libro entre mis respuestas gritadas, puedo obtener una mirada muy divertida.

Sonar enojado suele ser mucho más útil que estar realmente enojado, porque tienes más control y es menos probable que digas algo estúpido que luego necesite ser explicado de una manera más adecuada a la narrativa deseada.

Diana

Anteriormente me diste un buen ejemplo de manipulación psicológica en relación con el corte del césped, lo cual me pareció inteligente. ¿Tienes otros ejemplos que quieras compartir?

Fred

El ejemplo de cortar el césped es algo que ocurre casi todos los días, ya que se trata de ganancias a corto plazo y no de una gran narrativa o plan. Para ser sincero, es posible que lo haga mucho más de lo que creo. Espero que no, pero parece posible.

Ciertamente he tenido peleas acaloradas en las que he sido víctima de expectativas crueles e irracionales o de extraños giros del destino.

Como la mayoría de la gente quiere creer una mentira si mantiene intacta su visión del mundo preferida, a menudo cuanto más escandalosa, mejor. Tendría que ser un idiota para pensar que eres lo suficientemente estúpido como para creer que apesto a

Machine Translated by Google

borracho, muy despeinado y he estado fuera toda la noche en alguna misión de misericordia. Obviamente, no creo que seas tan estúpido, ¡como si lo fuera a pensar alguna vez!

Ya sabes lo que pienso sobre la estupidez, así que ¿por qué tendría una relación con un idiota? Por lo tanto, no creo que seas tan estúpido y nunca intentarías algo tan grosero y obviamente falso.

Lo cual significa que probablemente sea cierto, porque sabes que no soy tan estúpido. Si lo fuera, no ganaría tantas discusiones.

En ningún momento es necesario verbalizar esto. ¿La medialuna de un mordisco de amor en mi hombro? Me quedé encerrada y dormí en un seto para no despertarte, lo que resultó en que me despertara con una sanguijuela... ¡Lo sé!

¡En nuestro clima, a kilómetros de agua estancada, también! Yo soy el culpable. Aunque le quemé el pequeño cabrón, espero que no le salgan moretones demasiado graves. No creo que haya usado esa frase antes, pero sería un buen modelo para lo que está pasando: comprender con paciencia por qué puede resultarte difícil de creer, demostrar que solo estamos teniendo esta conversación porque estaba poniendo tus necesidades primero.

Luego, finalmente, vuelvo a la realidad aceptada de que soy genial porque es más fácil y más deseable que enfrentar la idea de que gran parte de mi vida podría ser una mentira. Partes que realmente preferiría que no fueran mentiras.

He aquí un buen ejemplo de lo arraigado que puede llegar a estar algo de esto. Pensé, antes, que si codificaba el texto por colores e insistía en que se incluyera o no

Machine Translated by Google

Ciertos colores en esta entrevista, te gustaría ir con ellos.

¿Por qué? ¡Pulsa, pule, pule y ya está! No es que fuera instructivo (al menos para mí) hacerlo en este intercambio, pero veo grandes oportunidades en un mundo donde colorear texto era algo habitual. Muchos tonos diferentes, alternando sin ninguna razón aparente.
Aunque obviamente no hay ninguna razón. Eso es aburrido.
Algo para leer y adivinar.

La mitad de las veces no importa si algo es realmente ingenioso, solo la persistente curiosidad de por qué lo estoy haciendo. Es como dar vueltas por una casa inclinando ligeramente todos los cuadros. Cero daños.
Pequeños ajustes.

Ni siquiera es necesario que les importen a otras personas, pero por alguna razón, la gente siempre elige que así sea. ¿Tu mundo es realmente tan frágil que requiere ángulos rectos? Sin embargo, encuentras la Caja de Pandora y no te limitas a abrirla, sino que te metes dentro para mirarla más de cerca.

Realidad = miedo a los ángulos agudos. Ideal = intrépido explorador de mundos desconocidos. ¿Qué esperas que te muestren? ¿Qué me dará lo que quiero?
Estás obteniendo lo que quieres. Me viene a la mente la frase "remordimiento del comprador".

Algunas reflexiones sobre el gaslighting:

Me gusta este término. En realidad, es bastante sencillo, al menos así lo veo yo:

1) Tú lo empezaste.
2) Tú lo solicitas.

Machine Translated by Google

Diana

¿Significa esto que usted piensa que es culpa de la víctima si está siendo controlada mediante su manipulación psicológica?

Fred

Con (1) me refiero a imaginar cómo es vivir en un mundo donde la gente hace cosas que no tienen sentido.
Actúan contra toda lógica. Cambian de opinión de repente, normalmente por algo aún más estúpido que lo que ya tenían. Ofrecen explicaciones sin fundamento, descripciones superficiales que parecen más significativas de lo que realmente son.

Se está jugando un juego invisible y no jugarlo puede hacer que la gente se enfade muchísimo. Y no puedes limitarte a hacer los movimientos. También tienes que pensar en cosas especiales mientras los haces.
Como si hacer algo no fuera, de todos modos, lo que significa sentir algo.

Me culpan por mis fracasos percibidos al jugar este juego invisible y sin piezas en algunas ocasiones.
Sin embargo, al mismo tiempo, me critican por mis excepcionales talentos técnicos. Así que díganme, ¿soy demasiado bueno o no lo suficientemente bueno? ¿Drácula o Frankenstein?

Observo que ambas son creaciones de otros. De todos modos, lo que quiero decir con (1) es lo siguiente: crecí en una sociedad que me estaba engañando desde el primer día. Es un comportamiento normal. Simplemente soy mejor en eso, porque no me pierdo en mi propia fantasía en el camino.

O tal vez simplemente me pierdo en el mío con más éxito, si es eso lo que es.

Machine Translated by Google

Con (2) me refiero a "lo pedí" en el sentido literal. Es una herramienta de instrucción que te enseña a confiar más en mí que en ti mismo. Quieres confiar más en mí que en ti mismo, porque tomo mejores decisiones que tú.

¿Por qué los débiles miran a los fuertes para que los protejan? Sin detenerse nunca a preguntarse cómo los fuertes se volvieron De esa manera, no hacemos la fotosíntesis, ¿sabes?

Existe la percepción de que si le das una mano a una persona fuerte para que llegue a la cima, te recompensará más tarde. Esto es absurdo. Si se dedicaran a repartir y repartir su fuerza, no serían fuertes.

Si eres débil y quieres encontrar satisfacción, paz… no busques a alguien fuerte. Si crees que necesitas una pareja fuerte, probablemente solo quieras una pareja fuerte. ¿Por qué? Porque desearías ser más fuerte tú mismo.

Tuve un ex que me dijo varias veces "Necesito a alguien fuerte, para poder parar y ser débil a veces". ¿A veces?

Apenas se la considera vertebrado. No solo estás persiguiendo un deseo en lugar de una necesidad, sino que es un deseo que, por definición, no deberías perseguir. Las ovejas no juegan con los lobos por alguna razón.

No importa lo divertido que parezca todo el juego brusco. No es un juego. Al menos, no es para ti. Si deseas ser más fuerte, sé más fuerte. Esa es la única respuesta. Decide lo que quieres ser y sé eso. La única respuesta a cualquier cosa, quiero decir.

Machine Translated by Google

No invites a una persona fuerte a tu vida en lugar de elegir ser fuerte tú mismo. Sé fuerte tú mismo y pronto verás cómo empiezan a llegarte invitaciones.

Diana

Dijiste antes que controlabas a las personas ganándote su confianza. ¿No requiere eso cierto grado de comprensión en lugar de hipercrítica?

Fred

Por supuesto, parezco comprensiva; sé qué señales daría una persona comprensiva. Por supuesto, es fácil hablar conmigo, porque la gente confía en quienes comparten sus puntos de vista y conclusiones y, por lo tanto, bajan la guardia de maneras en las que no lo harían ante alguien que fuera más crítico.

Por supuesto, parezco imparcial; no comparto tu criterio de juicio. Sin embargo, sobre todo, por supuesto, escucho.

Así es como se aprende, después de todo: tu contraseña, tu código de alarma, dónde guardas tus objetos de valor. ¿Qué hace cada botón? ¿No es esto lo que todo el mundo hace? ¿En serio? No puedo creer que la gente no lo haga. ¿Tú no?

Diana

¿Tus víctimas finalmente reconocen lo que estás haciendo cuando utilizas el gaslighting como parte de tu agenda para controlarlas?

Fred

Creo que es posible que haya un elemento de que algunas personas vean manipulación psicológica donde no la hay.

Machine Translated by Google

La paranoia se instala, cada pequeño desacuerdo, cada vez que no puedes encontrar algo o sufres mala suerte, habrá una creciente tentación de verlo como algo más.

Por un lado, puedo entender lo difícil que sería para una persona normal vivir en ese tipo de entorno durante mucho tiempo. Por otro lado, creo que quizás… ninguno de ustedes tiene idea de lo afortunado que es.

El destello de una parte del sueño que se está haciendo realidad y corres presa del pánico. No tuve a nadie que me lo explicara. Tuve que resolverlo por mí misma. Puedes tener un guía. Un instructor. Te está sacando de tus delirios sobre lo que "realmente" importa, sobre lo que realmente significan tus palabras y pensamientos.

Dicho esto, verás la realidad en lugar del ideal. Cada vez más. Y caricaturas de ambos, algunas empoderantes y otras aterradoras. En el sentido tradicional, en el sentido de que convertirán partes del mundo en piedra para ti. Partes de ti.

Ya lo había oído antes. “Lo que dijiste me revolvió el estómago”. Esa es una lección. Esa sensación, la que tiene una mirada de incomprensión, lágrimas brotando y parece que estás tratando de salir de tu propia garganta. ¿Es así como se siente? ¿Como si estuvieras saliendo de tu propia garganta? Así es como se ve.

Pero es una lección de cómo funciona realmente el mundo. Te está diciendo: "No te preocupes. ¡Mira, soy un experto en esto!". Estás a salvo conmigo." Creo que tal vez sea así cuando el deseo de presumir se sale de los patrones de comportamiento aceptados.

Machine Translated by Google

Normas. ¿Por qué no me amas más por esto? Recuerdo haber pensado eso hace unos años.

Fue como si se le hubiera encendido una bombilla en los ojos y no tuviera ni idea de dónde estaba ni de quién era. Te lo acabo de demostrar: mira lo buena que soy. Mira lo mucho que puedes aprender. Mira lo segura que estás. Mira lo fácil que podría ser todo. ¿Y sin aprobación? ¿Ninguna? ¿Ningún crédito?

Y quieres ser una persona fuerte, pero la primera vez que te muestro, te enseño, te doy fuerza, actúas como si hubiera apuñalado a un conejo en Pascua.

Como dije, la gente no sabe lo que necesita. Nunca piensa en lo que se necesita para hacer realidad su sueño, siempre y cuando lo consiga. El tocino puede hacer que a mucha gente se le haga agua la boca, pero no tienen estómago para matar al cerdo para conseguirlo.

Solo quieren tocino, no asesinatos, caos y enfrentarse a la realidad desfavorable de sus propios intereses. Hay que dividir las cosas en compartimentos estancos. ¿Qué resultado quiero? Olvídense de los medios, denme solo los fines.

Pero creo que, en realidad, es un gesto inútil. La gente se oprime a sí misma. Probablemente tú no podrías vivir el momento, disfrutar del caos, como yo no podría... Ahí está el problema. No lo sé, porque yo no puedo.

Pero después de esto, ¿qué sucede? ¿Ves algo que no te gusta y qué haces, casi siempre?
Vuelve arrastrándote, rogando que le digas que todo fue un truco, que lo imaginaste, que escuchaste mal, que entendiste mal... cualquier cosa, pero que era verdad.

Siempre. Más. Mentiras. Solo un último golpe, solo esta vez, solo para que todo pueda estar bien nuevamente. Pero nunca

Machine Translated by Google

termina y tarde o temprano, sufres una sobredosis. Cruzas el límite de la existencia cómoda y te adentras en la tierra de la verdad incómoda.

Esa cosa petrificada ya no se puede ignorar y la mitad del tiempo estás deambulando como si tuvieras un shock o algún tipo de trastorno de estrés postraumático hipermundano. Esperando, aturdido y vacío, flotando hasta que regresas a tierra firme nuevamente.

Una y otra y otra vez, sin querer dar el salto pero destinados a caer, la gente se autodestruye.

Diana

Nuevamente te comportas como si fueras la víctima y culpas a las víctimas de haber sido manipuladas. ¿Qué les dirías a las víctimas que publican en mi foro?

Fred

No pretendo presentarme como una víctima. Lo que quiero sacar de todo esto es lo siguiente: si las víctimas quieren dejar de verse arrastradas a todo esto, tienen que dejar de pensar como víctimas.

Deja de intentar comprender. Deja de intentar empatizar. Lo más importante es dejar de intentar luchar contra la lección que te están enseñando: el mundo no es tan seguro, agradable o cómodo como quieres que sea y, a menos que enfrentes este hecho, estarás básicamente indefenso para siempre.

Si la gente realmente encuentra la lección incluso una fracción de lo traumática que parece, habría pensado que sería aún más valioso que se molestaran en aprenderla.

Machine Translated by Google

Creo que la regla debería ser algo así: si estás haciendo algo "todos los días" y de manera rutinaria, no deberías esperar correr riesgos solo por existir en esa parte de la vida.

Si estás haciendo algo que sabes que te hace vulnerable (una relación romántica, acuerdos comerciales, peleas callejeras clandestinas) o algo que debería levantar sospechas (una oferta que parece demasiado buena para ser verdad, en cualquier contexto), entonces tienes cierta responsabilidad de cuidarte.

No es excusa para la persona que te explota, pero tampoco puedes quejarte demasiado. Ser ingenuo no es una defensa contra la culpabilidad, de la misma manera que ser ignorante no es una defensa contra la infracción de la ley.

Diana

¿Utilizas el gaslighting con frecuencia fuera de casa? ¿Tus relaciones cercanas?

Fred

El gaslighting es un tema complicado. Como ya he dicho, creo que mis rasgos particulares sólo se manifiestan con mayor intensidad en las relaciones íntimas.

Además, no es tanto que sea un elemento clave de las relaciones como una consecuencia inevitable de que las cosas empiecen a desmoronarse. ¡Ja! Me acabo de dar cuenta de que, si estoy reflejando, tal vez todo el gaslighting se reduzca en realidad al hecho de que estoy reflejando su propia confusión e incertidumbre en ellos en la forma en que afronto las cosas.

¿Estás seguro de tu amor por mí? No hay problema, responderé en consecuencia. ¿No estás tan seguro? Probablemente sea así.

Machine Translated by Google

Voy a terminar llorando. No me propongo hacerlo, así que no se trata de pensar "oh, ella me está volviendo loco esta semana, así que voy a mover constantemente las llaves de su casa cada vez que las deje". Es más un proceso reactivo, como resolver problemas sobre la marcha.

Reparar la realidad para mantener vivo el sueño. En cuanto a las acciones premeditadas, las dos más importantes son mentir descaradamente y sin remordimientos y decidir que alguien tiene que decidir dejarme. Me temo que debo admitir que las hago conscientemente y que pondré mucho esfuerzo y paciencia en ellas si siento que es necesario.

Diana

¿No es ese un comportamiento pasivo-agresivo de tu parte, comportarte de manera negativa para que alguien te deje en lugar de que tú rompas con esa persona?

Fred

Creo que a veces puede deberse a un sentido del humor fuera de lugar. En lugar de tomar la situación tan en serio como se esperaría, puede surgir una especie de negativa "irrespetuosa" a enojarse por cosas que en realidad no importan.

Podrían ser chistes fuera de lugar en medio de una discusión, o podría ser algo muy menor e infantil, como una pequeña pseudo-broma.

Por ejemplo, hace unos años tuve una pelea con una chica manipuladora, pero aun así tuve motivos para visitar la casa en la que vivía. No estoy seguro de por qué, pero si el papel higiénico era el "equivocado",

Machine Translated by Google

Si le decía algo al portarrollos del baño, se pondría increíblemente furiosa.

Probablemente puedas entender lo que empecé a hacer. Eso fue todo lo que hice y todo el tiempo lo vi como una especie de broma, como si estuviera diciendo con mis acciones "mira, ambos estamos compartiendo la broma de que sabemos que la idea de estar molesto por esto es absurda". Pero también juguetonamente "ni siquiera pienses en intentar meterte conmigo, porque ya te tengo resuelto".

En esta ocasión resultó que estaba intentando meterle las garras a una amiga mía, y al final sus planes le estallaron en la cara sin que yo le diera casi ningún apoyo. Francamente, probablemente podría haberme mantenido al margen por completo y habría terminado igual. Las cosas suelen ser así, por desgracia.

También está el elemento didáctico, que trata de mostrar a la gente cuándo se aferran a una creencia absurda o dañina. La autolimitación.

Sin embargo, las lecciones rara vez son directas, ya que ese es parte del objetivo: dejar de pensar en las cosas de la misma manera, prestar atención y es posible que encuentres una mayor comprensión y comprensión de las cosas. Externo e interno. Observa los demás patrones que normalmente no ves y deja tus prejuicios en la puerta.

Como ya te dije antes, piensa poéticamente. Si solo intentas entender las cosas de una manera, solo llegarás a un conjunto de conclusiones sobre ellas y nunca tendrás la menor idea de cómo funcionan o qué significan.

Pero hay que ganárselo, hay que resolver los acertijos, hay que practicar para ser bueno en ello.

Machine Translated by Google

el juego... de lo contrario no valen nada porque las lecciones no significan nada para ti, no tienen ningún valor y no has intercambiado ningún esfuerzo por otro elemento de información que realmente no entiendes ni aprecias.

Nada dice "Obtén algo de perspectiva y serás más feliz por ello" más claramente que romper a llorar porque el rollo de papel higiénico está orientado en una dirección en lugar de la otra.

El primer paso para la recuperación es admitir que tienes un problema, es decir, que la realidad es una mentira cuidadosamente construida para hacernos sentir seguros. Deja de intentar sentirte seguro y empieza a intentar aprender cosas de manera táctil.

Esto significa que tienes que aprender a dejar de lado los pequeños detalles sin importancia, como el Feng Shui del baño. También significa que tienes que aprender a dejar de preocuparte por el suelo y disfrutar de la vista y la emoción de la caída. Esa parte no es tan fácil y probablemente no sea adecuada para todos.

Quiero decir... ¿acaso importa? Es tan absurdo como pensar que a un ser sumamente poderoso le importaría qué días vas a trabajar, cuántos penes hay en una misma relación o si se ganará tu admiración lo suficiente como para manifestar su imagen en una tostada. Ninguna de estas cosas es importante, pero la gente literalmente iniciará guerras por ellas.

Se matarán entre sí antes de detenerse y examinar honestamente sus creencias.

Cuando logran evitar mirarse honestamente a sí mismos, a menudo pueden sentirse abrumados por la alegría orgásmica como recompensa. Como el palo y la zanahoria de

Machine Translated by Google

Esclavitud mental. Son los inmorales y los enfermos mentales, los que traen miseria, sufrimiento y odio al mundo en cantidades tan grandes.

Ellos son los que destruirán el mundo antes que admitir que sus delirios son sólo eso y que no hay nada notable, interesante o significativo en ellos de ninguna manera.

Tal vez la estupidez o inseguridad extremas deberían empezar a ser tratadas como una enfermedad mental o un trastorno de la personalidad en sí mismos, porque, para ser sincero, me niego rotundamente a creer que la mayoría de las personas sean tan estúpidas e ignorantes como parecen. O, mejor dicho, me niego a creer que sean estúpidas e ignorantes hasta tal punto por cualquier otra razón que no sea la pereza intelectual y la cobardía.

Diana

¿Tienes dificultades para mantener una relación? ¿El “espejo” que mencionaste antes te ayuda a relacionarte con los demás?

Fred

Tengo un instinto de supervivencia muy fuerte y, evidentemente, un bagaje bastante importante y perjudicial en lo que respecta a ciertos contextos interpersonales. Esto significa que, cuando me siento acorralada y amenazada, reacciono de maneras que pueden considerarse manipulaciones o diseñadas para socavar la confianza en mí misma. También significa que es más probable que me sienta así en una relación romántica debido a los otros problemas.

En cuanto al punto de reflejo, piénselo así: las personas hacen cosas que sugerirían que quieren X o Y todo el tiempo.

Machine Translated by Google

tiempo, aunque si les preguntaras dirían que no quieren esa cosa.

También existe una desconexión entre el deseo y la necesidad. ¿Demasiado lleno de tu propia magnanimidad pero, en realidad, incapaz de llegar a acuerdos? Tal vez lo que necesites sea un recordatorio de que tus sentidos y tu memoria no son perfectos y, por lo tanto, no son la base para dictar la ley, aunque es muy poco probable que lo desees.

El otro punto es que la imitación no siempre tiene que ver con el deseo, sino con el comportamiento actual. Si actúas agresivamente, es más probable que te enfrentes a un mayor grado de agresión que si hubieras actuado de manera agresiva. actuó de una manera más conciliadora.

Si actúas con amabilidad, es más probable que la gente responda con amabilidad. Existen patrones establecidos (movimientos en nuestros juegos interpersonales) que todos debemos ser capaces de comprender y aprovechar.

Algunos son simplemente muy malos en esto y siguen haciendo todos los movimientos incorrectos (aquí tengo en mente a las personas que son violentamente agresivas como los peores "jugadores", pero también podrían ser los apologistas de palmas húmedas que se rendirían ante una ligera brisa, tan fuerte es su falta de carácter). De todos modos, esto es algo que TODAS las personas hacen, hasta cierto punto, y el estándar para la mayoría es en realidad bastante significativo.

Con mi particular conjunto de componentes psicológicos, quizás soy más propenso que la mayoría a reflejar la incertidumbre, la confusión, la amargura, la ira, etc. de las personas.

Machine Translated by Google

Diana

¿No es ésta simplemente otra forma de ejercer control sobre la otra persona?

Fred

En lo personal, tanto la confusión como la ira parecen objetivos plausibles. La ansiedad puede ser un efecto secundario desafortunado de esto, pero no es exactamente deseable. Supongo que, técnicamente, se podría decir que se trata de una actitud de control, pero yo diría que esa es la única razón por la que alguien hace algo: para influir en su entorno de alguna manera. Eso es hacer algo.

Estoy seguro de que hay quienes quieren controlar a la otra persona por el mero hecho de controlar, pero yo no soy uno de ellos. Diría que lo hago para guiar a la gente o como una especie de reacción instintiva cuando me siento amenazado de alguna manera.

Si es premeditado, entonces no es malicioso, pero si es reactivo, entonces "ataque" sería un término justo.

Con un par de excepciones muy particulares, supongo. Me encantaría ver a un par de personas derrumbarse hasta quedar medio desquiciadas y, si tuviera la oportunidad, no estoy seguro de poder resistirme a darles unas cuantas patadas para ayudarlas a bajar. Pero nadie es perfecto, así que imagino que no soy una excepción en este sentido.

Diana

Dices que haces esto para guiar a la gente o para reaccionar ante una amenaza, pero también dices que disfrutas destruyendo a la gente. ¿Crees que esto es normal?

Machine Translated by Google

Fred

La sensación general es que no hago luz de gas como lo hace tu amigo [Steve], que es un poco más psicótico y toma medicamentos, ni lo hago simplemente por placer o entretenimiento. Sería un mal deporte, incluso si tuviera la inclinación de hacerlo.

¿Hacer que una persona loca se vuelva loca? ¡Qué gran logro sería ese!

Fue como disparar a una unidad de cuidados intensivos y proclamar que se trató de una victoria famosa. Debería haber dicho "pez en un barril", ¿no?

Lo hago por instinto de supervivencia o por deseo de ayudar. Me doy cuenta de que tal vez esté forzando la metodología aceptada más allá de la que utilizan, por ejemplo, los oradores motivacionales o los terapeutas conductuales.

También creo que obtengo resultados mucho mejores en la mayoría de los casos. Ese tipo de personas (conferencistas y terapeutas) trabajan de arriba hacia abajo. Yo trabajo de abajo hacia arriba. No trate los síntomas, trate el causa.

Me pregunto si inconscientemente estoy creando estrategias de afrontamiento para otras personas de la misma manera que las creo para mí. "Oh, no sabes cómo defenderte. Todos lo hacemos cuando se nos presiona lo suficiente, así que hagámoslo", o "Estás demasiado lleno de tu propio valor. Vamos a mostrarte cómo es la realidad detrás de la cortina, enséñanos un poco de humildad".

Pero también hay muchas cosas más sutiles, matizadas y particulares que esto. Para despertar a alguien de un profundo

Machine Translated by Google

dormir, a veces es necesario darles un shock repentino.

El gaslighting es una herramienta maravillosa para lograr esto porque les enseña la primera y más importante lección: sus creencias no son inquebrantables y su perspectiva no es infalible, así que aprenda a detenerse y examinarlas muy de cerca y sin rastro de sentimentalismo.

Para que vean al pato, es posible que tengas que asustarlos para que se olviden del conejo por un tiempo. La esperanza es que luego puedan cambiar de uno a otro a voluntad.

Diana

¿De verdad esperas que crea eso?
¿Manipulas a las personas para su propio bien, en lugar de hacerlo por tu deseo de controlarlas?

Fred

Creo que casi puedo hacerlo. Como aparentemente soy mejor que mucha gente en eso, esto puede salirse de control rápidamente y la gente se enoja mucho más de lo que yo pretendía.

Sólo puedo levantar las manos y decir que, mirando la evidencia de mis propias acciones desde esta perspectiva, aparentemente no me importa tanto no lastimarlos como me importa no perder.
No diga "no perderlos", aunque pueda sentir que esa es la motivación en ese momento.

Sin embargo, hay ocasiones en las que alguien se ha vuelto tan peligroso/irrazonable que es necesario aprender una lección más enfática. Si alguien no tiene noción de las consecuencias y cree que puede

Machine Translated by Google

Si los niños hacen berrinches histéricos y malcriados para salirse con la suya, me aseguraré de recordarles que las lágrimas de cocodrilo serán recompensadas al convertirlas en lágrimas reales. En grandes cantidades.

De hecho, me atrevería a decir que solo paso a la fase de control abierta cuando siento que alguien está intentando hacerme lo mismo. Eso me vuelve un poco loco, para ser sincero. Es la forma más fiable de llegar a DEFCON 116 en un santiamén y la respuesta suele ser una demostración bastante inflexible de "no creo que puedas controlarme".

¿Y qué mejor manera de mostrarle a alguien lo poco control que tiene sobre ti que mostrándole que ni siquiera puede impedir que lo controles?

¿Qué manera más elegante e irónicamente deliciosa de enseñar una lección tan importante? Una vez más, es un reflejo

- Si me tratas con falta de respeto, yo haré lo mismo a cambio.

Si ignoras todas las advertencias, te convences de que eres más inteligente, que posees más conocimiento sobre las personas que yo y tratas de aprovecharte de mí, cuando todo te explote en la cara y tengas que enfrentarte a tus propias inseguridades, realmente será tu culpa.

Intenta controlarme y no sólo te controlaré a ti, sino que mi instinto de supervivencia dicta que también debo neutralizar la amenaza de que vuelvas a intentar hacerlo.
Los peores casos, aquellos en los que realmente no puedo excusarme.

16La condición de preparación para la defensa (DEFCON) es un estado de alerta utilizado por las Fuerzas Armadas de los Estados Unidos. DEFCON 5 es la preparación normal en tiempos de paz; DEFCON 1 es la preparación máxima de la fuerza.

Machine Translated by Google

Mis acciones, por cualquier otro motivo, son cuando esto sucede.

Lo más cerca que permitiré que alguien llegue a ganar en estas situaciones es la Destrucción Mutua Asegurada. Desmantelar completamente su psique y luego golpear los restos hasta someterlos es lo preferido y, hasta ahora, es el peor resultado que he tenido.

Cuando no haya nada que valga la pena salvar, desarme la amenaza, evite que vuelva a ocurrir y deje que lo que quede viva su vida en paz.

Diana

¿Es posible que, de hecho, pocos sepan que están recibiendo el tratamiento de manipulación psicológica? Para que sea eficaz, creo que se necesitarían habilidades bastante buenas y parte de la ecuación sería hacerlo sin que lo detecten.

¿Muchos o alguno de tus compañeros, en realidad, se han dado cuenta y han comentado algo así? También supongo que si lo hicieran el juego pasaría a un nivel superior para no estar tan expuesto.

Supongo que lo que estoy sugiriendo es que la razón por la que en todos estos años muy pocas víctimas en mi foro han dicho mucho sobre el gaslighting es porque no eran conscientes de que eso era realmente lo que los estaba llevando a la madriguera del conejo.

Fred

Me refería a algo más retrospectivo, una vez que ya no están en esa situación. Nunca me han pillado haciéndolo.

Machine Translated by Google

Como la mayoría de las veces no me doy cuenta hasta después, solo puedo suponer que les pasa lo mismo a los demás, ya que, por definición, tienen menos idea que yo de lo que está pasando.

Honestamente no sé cómo reaccionaría si me confrontaran. No es que alguna vez esperara serlo, ya que la mayoría de las personas son felices en su ignorancia ciega.

Mientras escribía esto, mi mente se posó en dos ideas: "acusarlos de proyección" y "admisión muy sarcástica". Espero que esto sea útil, ya que no disfruto de estos momentos en los que me quedo mirando fijamente mis propios defectos.

En realidad no quería utilizar la palabra defectos. Últimamente he estado pensando en algunas cosas muy interesantes, y una de ellas es que me desagrada profundamente la idea de que esto pueda controlarme a mí mucho más de lo que controla a otras personas. Si es así, es totalmente inaceptable.

Diana

Su uso de “retrospectivo” es consistente con lo que dicen los miembros de mi foro.

Las víctimas rara vez mencionan el gaslighting como causa de su angustia, aunque me parece evidente que es un elemento clave en la relación. Cuando lo mencionan, lo hacen desde una perspectiva de “espejo retrovisor”.

Fred

Es importante recordar que mi perspectiva será sólo mía, por lo que no puedo comentar qué tan importante puede ser para los demás. Para mí, casi siempre es reactiva, y es posible que lo haga más de lo que creo.

Machine Translated by Google

Para otros, como el Sr. Mood Meds [Steve], obviamente es algo que se toman más en serio, pero...
Mmm... ¿Cómo decirlo? Depende de si mi comprensión de las cosas es correcta, pero intentaré explicarlo.

Tal vez sea más común de lo que creo y otros se deleitan con ello. Mi apreciación de jugar bien un juego sin recurrir a trampas puede significar que mi visión está sesgada. Gran parte de esto también está "en el espejo retrovisor" para mí, en muchos sentidos, mientras trato de darle sentido a mí mismo, a mis comportamientos, a lo que me motiva y a lo que soy y no soy.

Es posible que otros, que son más conscientes de sí mismos o que simplemente tienen gustos más crueles, sean muy diferentes a mí.

Pero desde mi perspectiva, diría que se trata más de mantener el control. Cuando comienza, estoy respondiendo a la pérdida de control sobre la desintegración del cuento de hadas que era la relación hasta ese momento. En algunos casos (las conversaciones falsas o el castigo de alguien realmente vil), va más allá de eso, pero en su mayor parte, es parte del escenario, el telón de fondo de la actuación principal.

También parece plausible que sienta la necesidad de competir en algún otro nivel que no sea el obvio: para ti o para mí, tal vez.

También quiero reiterar que tampoco pienso en términos de manipulación psicológica. De eso se trata; es algo que normalmente sólo reconozco en retrospectiva, ya que en el momento es instintivo.

Machine Translated by Google

resolución de problemas que sólo más tarde se traduce en tal comportamiento.

Me doy cuenta de que tal vez haya sonado engañoso en la forma en que he estado considerando las cosas, pero es importante tener en cuenta lo distante y analítico que estoy siendo al analizarlas. No se trata de pensamientos ni razonamientos conscientes, sino de explicaciones que identifican el comportamiento como algo que otros pueden considerar como tal o cual cosa.

Eso y la especulación sobre el papel que desempeñan en cualquier comportamiento sistematizado que pueda rastrearse a través de los patrones de vida actuales de un individuo: relaciones disfuncionales, comportamiento impulsivo, naturaleza voluble, reflejo social, sobreanálisis extremo, etc.

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

CAPÍTULO CINCO
Relaciones

"No confíes en nada a aquel hombre que no tiene un
conciencia en todo."
—Laurence Sterne

Diana

Hemos hablado de lo que piensas de ti mismo. ¿Hay cosas que te dicen tus parejas que te llaman la atención? Por ejemplo, ¿tú o ella afirman ser almas gemelas?

¿Tenéis relaciones exclusivas o hay otras personas al margen, por así decirlo? ¿Se enteran alguna vez de la existencia del otro si es así?

Fred

¿Qué pensaría mi novia? No mucho, imagino. Ni idea. Probablemente escribiría todo tipo de cosas desagradables con el pretexto de haber intentado comprenderme y ayudarme. Era una víctima eterna, pasara lo que pasara.

Después de un tiempo, la inclinación es asumir que es porque ella quiere serlo y satisfacer esa necesidad en ella. No sé qué escribiría, ni yo sé qué escribiría.
cuidado.

Ella era un desastre terminal y, francamente, creo que disfruta demasiado de la atención como para parar alguna vez.

Machine Translated by Google

Steve

Todas mis ex parejas han dicho que yo estaba desconectada emocionalmente y no parecen sentirse queridas por mí de una manera amorosa. Siempre he sido fiel, pero juego con ellas para sembrar dudas en sus cabezas.

Diana

¿Hasta qué punto de la relación dijeron que te encontraron emocionalmente desconectado? Por ejemplo, si estás en una relación durante un par de años, ¿cuánto tiempo después de la relación suelen comenzar? ¿haciendo este comentario?

¿Te preguntas por qué se quedan si consideran que es así? ¿Tienes la sensación de que están tratando de arreglarte y creen que pueden establecer una mejor conexión? ¿Hay algunos ejemplos de cómo podrían intentar solucionar la situación?

Steve

Normalmente, cuando llevo una relación más o menos un año, la gente dice que estoy desconectado emocionalmente, pero es algo que creen que se puede solucionar o que es culpa suya. Normalmente trato de encontrar chicas que tengan baja autoestima o utilizo ese año para bajarla un poco o jugar la carta del dañado, para que sientan que necesito que me salven, en cuyo caso tratan de ser más cariñosas para hacerme cambiar.

Pero nunca piensan que nunca estuve conectado, sino que simplemente les hice creer que lo estaba para que se enamoraran de mí. También escucho mucho: "Tienes que abrirte a mí".

Machine Translated by Google

Nunca lo entiendo del todo. Quiero decir, pensé que era abierta porque les digo lo que quiero y lo consigo. Sin embargo, ellos se refieren a lo emocional y yo no soy emocional, así que estoy atrapado inventando cosas para parecer aislado en un sentido emocional.

Es simplemente molesto porque si las historias entran en conflicto, la cosa continúa una y otra vez.

Me toma alrededor de un año decir que estoy desconectado emocionalmente porque hay un poco de espacio para respirar al principio para conocernos (tres o cuatro meses), luego, en el sexto o séptimo mes, están tan enamorados que me perdonan por no conectarme todavía, hasta el décimo mes me salgo con la mía fingiendo que me conecté porque empiezo a decirles que los amo, pero eso tiende a no durar, por lo que resulta ser un año.

Luego tienden a intentar arreglarme durante el próximo año.

Cuando me dicen que necesito abrirme más, les he contado mis metas y ambiciones en la vida. De todos modos, no es que las mantenga en secreto. Solo omito la parte sobre que no están ahí cuando consigo lo que quiero.

Diana

Me parece interesante que a las personas o a las parejas les lleve un año empezar a pensar que están desconectados emocionalmente. ¿Sabes por qué? Porque un año parece mucho tiempo para que alguien se dé cuenta de eso.

¿Será que no los ves a menudo o que pasan la mayor parte de este año concentrados en contarte sobre ellos mismos?

Machine Translated by Google

Steve

Cuando conozco a una chica, hago todo lo que puedo para hacerle creer que estamos hechos el uno para el otro.

Es fácil porque puedo leer lo que quieren, y todos dicen que soy un buen oyente, lo cual es gracioso porque me dicen todo lo que necesito para manipularlos o hacerles pensar que tenemos mucho en común o que siento lo mismo.

Fred

Puedo ser un excelente oyente, la gente a menudo comenta que les sorprende lo fácil que les resulta hablar conmigo y lo imparcial que soy. Al mismo tiempo, a menudo puedo ofrecer información sobre el comportamiento de las personas que no ofrecerían porque su punto de vista está distorsionado por la "gravedad" de su razonamiento emocional.

Muy rara vez alguien pregunta: “¿Qué debo hacer?” queriendo escuchar algo más que “exactamente lo que quieres hacer”. Me resulta casi imposible creer que la mayoría de las personas no sean conscientes de esto en sí mismas.

La gente confía en el extraño alto, moreno y de ojos llameantes que habla bien porque, en algún nivel, han estado casados con él desde que eran jóvenes, en alguna fantasía.

Es como si me dieran un guión, una lista de compras. Cómprame estas cosas y haré lo que me pidas. ¡Es lo que me piden!

Ten cuidado con lo que deseas, porque ninguna persona sensata rechaza la oferta de poder y recompensa, si se le ofrece libremente y mucho menos se le ruega aceptarla.

Machine Translated by Google

La gente me utiliza para intentar sentirse "completa". Esto suele durar hasta el punto en que sienten que realmente quieren conocer mi "verdadero" yo, que a menudo en ese punto ha sido inflado hasta niveles tan fascinantes y mitológicos que se convierte en una meta de vida para ellos descubrirlo.

¡Los he entendido como nadie más lo ha hecho jamás, después de todo! ¡Tan rápido, tan fácilmente!

No es de extrañar que a menudo sean del mismo tipo que se interesa por otros tipos de estafas; quieren soluciones mágicas y es fácil leerlas en frío. Para mí, soy yo. La idea de mí. Su idea de mí.

He perdido la cuenta de la cantidad de veces que he escuchado decir: “Ya había renunciado a encontrar a 'mi media naranja'”. Suelo reírme y decirles que fue una decisión sabia. Por alguna razón, eso siempre genera una buena respuesta.

¿Quién está manipulando a quién? Acabo de decir la verdad, pero piénsenlo… ¿por qué alguien diría algo así? Es claramente un comentario que desarma, pero en un contexto en el que supuestamente no son necesarios los comentarios que desarma.

Nadie le dice a alguien en quien no confía que cree que es “el indicado”, la personificación de sus esperanzas y sueños, así que ¿qué hace eso en la conversación? Tal vez puedas agregar eso a tu lista de señales de alerta, si quieres: comportamiento aparentemente encantador/ingenioso, que busca ganarse la confianza y que está fuera de lugar.

Aunque buena suerte al notarlos en ese momento.

Machine Translated by Google

Diana

Me surge la pregunta: ¿existen lugares donde es mejor encontrar pareja? ¿Cómo se encuentran parejas con baja autoestima?

Por ejemplo, a algunas personas les gusta conocerlas online, a otras quizás en bares, etc. Aunque no los aísles completamente de su familia, ¿pasas tiempo con ellos y su familia?

¿Alguna vez les dejas conocer a tu familia?

Steve

Siempre me ha resultado fácil leer a las personas y saber lo que quieren, y siempre he pensado en para qué son útiles esas personas.

La baja autoestima es algo que se detecta fácilmente cuando se busca. En el mundo actual, es mejor buscar personas con una autoestima decente, porque es más fácil detectarla porque cada día hay menos.

Sin embargo, para mí, la inquietud, los murmullos y la postura junto con el contacto visual o la dirección de los ojos (mirar hacia abajo y no a las cosas cuando estoy detenido).

Conocer gente... Bueno, suelo ir a lugares como McDonald's y supermercados porque puedes saber más sobre ellos por la comida que comen y su forma de actuar. He descubierto que observar a las personas cuando no creen que las estén observando te da una buena idea de su mentalidad.

Machine Translated by Google

Paso tiempo con las familias, al igual que ellos, pero tengo que actuar mucho a su alrededor para mantenerlos fuera del camino, pero a ellos les suele gustar la forma en que quiero que su hija organice su vida.

Hago que mis socios se vuelvan más hábiles en el camino de su elección como premio de consolación por el hecho de que no tenemos futuro juntos; yo pago por ello y todo.

Fred

En cuanto a conocer nuevas parejas, es difícil. A veces paso un año o así sin ninguna, solo haciendo lo mío. Cuando aparece una, puede ser cualquier cosa, desde un viejo amigo hasta algo común; por extraño que parezca, me parece que...

convertirse en objeto de atracciones que se desarrollan lentamente y que luego pueden transformarse en obsesiones.

No empiezo estas cosas intencionalmente, pero parecen suceder, y he salido con muchos más amigos de lo que puede ser saludable para alguien que acabo de conocer en un bar. Internet es bueno, pero no sé si es simplemente porque me expreso mejor al escribir y probablemente tengo más confianza al hablar con la persona y no con su propia fachada social.

Pensándolo bien, tal vez esto tenga relación con el tema del aislamiento: tiendo a sentir que me agradan más las personas cuando son más ellas mismas que cuando son lo que creen que deberían ser en una situación social. Todo el mundo lo hace, todo el tiempo, sin siquiera pensarlo.

Me gustan las personas que son decididamente ellas mismas y no se doblegan ante las presiones sociales o

Machine Translated by Google

No sólo es una convención, sino también un punto débil para aquellos tipos "oprimidos" que desearían ser más ellos mismos. Tal vez vea a los primeros como espíritus afines y a los segundos como futuros estudiantes, no lo sé.

El subconsciente es un verdadero patio de recreo en el que se pueden perder cosas.

No merodeo. No cazo. Simplemente busco compañía y sigo mi corazón, a menudo con demasiada facilidad. Todo lo demás, sea lo que sea,
Viene después. Supongo que nadie sale realmente herido a menos que se acerque demasiado.

O eso o he juzgado mal el hecho de "realmente lastimarme" y no soy consciente de toda una capa adicional de destrucción, lo cual es un pensamiento magníficamente deprimente.

Me gustaría mucho que el mundo no estuviera mejor sin mi existencia.

En términos de aislamiento, creo que no lo veo de esa manera. Se trata de dos personas que se conocen lo más completamente posible. Eso se hace mejor en aislamiento y no es necesario diseñarlo como lo deseen ambas partes.

En lo que respecta a cómo encontrar a estas personas, eso es bastante irrelevante porque ellos, sin duda, saben cómo encontrarme a mí. Polillas a la llama.

Como dije, la gente desarrolla una extraña fascinación por mí, a menudo cuando al principio me descartan porque no les intereso. Con el tiempo, creo que mis diversos comentarios, miradas e ideas terminan sugiriendo que no soy, digamos, un borracho descarado con poco interés en

Machine Translated by Google

Preguntas más profundas. O mis opiniones excéntricas se interpretan gradualmente como sabiduría y la gente quiere saber más y de dónde proviene. ¿Arrogante?

¡Enormemente! Pero creo que también es verdad.

¿Cuál es la "recompensa", como dirías tú? Ser el centro del universo de alguien. Ser algo tan maravilloso que le traigas una alegría y una esperanza desacostumbradas. Cambiar la forma en que se ve a sí mismo. Creo que es una cuestión de validación, porque en realidad no puedo dármelo a mí mismo y cuanto más fanático soy, más clara es su adoración.

Tal vez, si me estoy perdiendo los detalles, los grandes gestos y expresiones sean la única forma de estar seguro de que estoy interpretando correctamente la sinceridad y el estado emocional de una persona. Es especulativo, pero encajaría.

A menudo les he dicho a un par de mis amigos más cercanos que sería un buen líder de culto y que podría ser una carrera en el futuro. Bromeando, por supuesto. Uno de ellos respondió a la sugerencia de que me dedicara a la política diciendo: "Es la idea más peligrosa que he oído nunca; en una semana estaría gobernando el mundo y nadie sabría cómo ni por qué".

Diana

Pasé algún tiempo investigando a los líderes de cultos y todos son psicópatas. Encontré uno interesante que formaba parte de un grupo religioso/religioso oriental cerca de donde yo vivía, así que pude observarlo de cerca. Me resulta interesante cómo la gente se siente atraída por ellos.

Machine Translated by Google

La gente no se siente escuchada, así que creo que sería bastante fácil hacer que te cuenten todas sus debilidades sin que se den cuenta de lo que están haciendo. Del mismo modo que un buen terapeuta no tendría ningún cliente si la gente tuviera amigos que realmente lo escucharan.

Fred

En cuanto a la búsqueda de pareja, supongo que me atraen las personas vulnerables y me considero capaz de ayudar mucho. Siempre he pensado que esto es algo egoísta, bueno y normal para cualquier persona moralmente consciente. Ahora me pregunto si es porque me siento atraída por otras razones y lo he racionalizado así.

Paso mucho tiempo en esa particular madriguera de conejo, adivinando mis propios motivos, tanto como los de los demás.

De manera desapasionada y objetiva, en su mayor parte, mía o de otras personas.

Sea cual sea la razón, puedo ver muy fácilmente cuando alguien tiene las cicatrices invisibles que los peores acontecimientos de la vida dejan en la mente. Lo que encuentro más extraño de todo es que rara vez, o nunca, tengo que abordar el tema en cuestión; la gente parece ansiosa por contármelo, por desahogarse. Y eso está bien. Después de todo, ¿qué otra cosa estoy haciendo aquí?

Diana

Hay algo atractivo en ser un buen oyente; las mujeres tienden a desmayarse si alguien realmente las escucha, probablemente más que la reacción de un hombre.

Machine Translated by Google

Lo veo más como la fase de recopilación de datos.
Ahí es cuando entras en juego y empiezas a hablar sobre ser retratado como...

La k

P. Tenga en cuenta que, naturalmente, estas son solo mis observaciones.

Jugar el papel de víctima o como se llame realmente hará que surja el sentimiento maternal de “déjame arreglar a este tipo”. Además, ¿jugar el papel de víctima no prepararía el terreno para que la conquista se entere de algo terrible sobre tu pasado? Se adelantaría a ellos con lo horrible que fue para ti que esto sucediera.

En esencia, no podrías asumir ninguna responsabilidad pero sí sacar a relucir el lado protector de la persona en la red, ¿verdad?

Fred

Supongo que interpreto el papel de víctima, de paria incomprendida. La gente quiere incorporarme a su grupo. Quieren comprenderme, ayudarme a comprenderme a mí misma, para que pueda encontrar la "paz".

Eso es lo que me hace tan atractiva para ciertos tipos de personas; son empáticos que balbucean y que están en algún camino hacia la recuperación y no pueden soportar ver a alguien abandonado, solo, sufriendo. Todavía estoy en la fase de negación, donde me digo a mí misma que todo está bien.

Donde estuvieron en el pasado, de donde creen que se están alejando. ¿Y qué mejor manera de mostrarse a sí mismos su nueva fuerza que ofreciéndola sin cuestionarla? Esto no es

Machine Translated by Google

premeditado, sino una evaluación de por qué creo que he adoptado ciertas apariencias en lugar de otras.

Funcionan mejor o requieren menos mantenimiento o alguna otra ventaja que se adapte a mis tendencias particulares. Y a las mujeres les encanta el misterio. Yo estoy lleno de eso. O más bien, carente de respuestas, lo que supongo que debe parecer igual desde la distancia.

Aman a los pícaros. Ser un chico malo está muy bien, pero atrae la atención y la mayoría de las mujeres aprenden eso bastante pronto, simplemente porque la mayoría de los hombres son unos cabrones. No pueden evitarlo, al igual que yo no puedo evitar ser yo o tú no puedes evitar ser tú.

Diana

El concepto de víctima me resulta interesante y agradezco leer tus opiniones. Estoy de acuerdo contigo y cuando a alguien se le entrega un mapa para encontrar el tesoro, ¿cómo podemos culparlo cuando somos “víctimas” de sus encantos?

Fred

Es extremadamente difícil ignorar la conducta que indica atracción. Sería como pasar de largo frente a un dinero gratis o envenenar mi propia comida. Podría hacerlo, pero parece extremadamente improbable que alguna vez elija hacerlo.

La idea de búsqueda es malinterpretada. Nunca me he dedicado a buscar a la gente. Casi nunca hay necesidad, ya que el tipo adecuado de personas tiende a buscarme.

Es aún mejor de esta manera, porque sé que los he atraído sin esfuerzo o incluso a la luz de algún obstáculo artificial contra el cual quería ponerme a prueba.

Machine Translated by Google

Así que sí, ciertamente existe un punto de vista según el cual las víctimas se crean a sí mismas. O que no son víctimas en absoluto, sino adictos que no están dispuestos a abordar su debilidad por la droga que eligen. Algunos amigos han comentado que "colecciono locos", lo cual me parece sumamente divertido. ¡Sí, lo hago! ¡Qué masoquista soy! ¿Cuándo aprenderé, eh? Es. Todo. Tan. Obvio.

He atraído a muchas chicas de temperamento muy emocional. En parte, porque cuanto más fuerte y frecuente sea el feedback, mejor, lo admito. Pero también para aprender. Sin aprendizaje, ¿cómo podemos funcionar en una sociedad tan neurótica y emocionalmente obsesiva?

Diana

¿Necesitamos todos encontrar a alguien que llene algún vacío que no podemos encontrar dentro de nosotros mismos? ¿Nos incomoda el concepto de estar bien estando solos, y eso no tiene por qué significar sentirse solo? En cualquier situación, es necesario que ambas partes participen.

Son áreas que espero que podamos explorar con más profundidad porque siempre me ha interesado este tipo de conversación, pero, francamente, sería difícil abordarla en mi foro. Temo que los miembros piensen que no me solidarizo con su situación, pero es así.

Estoy de acuerdo con lo de la conducta adictiva y también creo que se debe simplemente a la falta de límites claros. La falta de límites claros hace que la gente busque lo que quiere.

Machine Translated by Google

respuestas fuera de sí mismos y vivir una vida pintando esas banderas rojas de blanco.

Fred

A veces me excedo. Tal vez permito que otras personas pierdan el control y asuman que tienen el control de las cosas y que simplemente se están divirtiendo un poco sintiéndose vivas. No atropello a nadie en la calle porque no sabía que no debía hacerlo. Puedo entender por qué eso es "malo".

La gente arma un alboroto abominable por cosas tan estúpidas como estar interesado en el nacimiento de un sinfín de bebés.

No les gusta que les muestre su propia falta de control, sus propios delirios hipócritas al no adaptarme a ellos, subvirtiéndolos, haciéndolos mejores y obteniendo más de ellos de lo que ellos obtienen.

Después de haber leído un poco más sobre el tema hoy – Otros relatos, apoyo, consejos, etc. Realmente aprecio la ironía de cómo las formas de "recuperarse" de un sociópata se leen como una lista de verificación de cómo volverse más como uno. ¿Alguna vez has notado esto?

Sólo estoy intentando hacer lo mejor que puedo para encajar, como todos los demás. Sin embargo, he recibido comentarios ocasionales de amigos o de personas que acabo de conocer o de mis amigas, en el sentido de que mi razonamiento "es correcto en todos los sentidos equivocados".

También hay algunas personas que me conocen muy bien (relativamente, por supuesto) que me describirían algo así como "un buen tipo con el que realmente no quieres estar".

Machine Translated by Google

para enojarse. Luego se vuelve loco". ¡Ja! Me acordé de uno reciente.

Mi compañero de piso me preguntó cómo había ido una cosa u otra y yo le dije lo que pensaba y por qué. Él sonrió y dijo: "Nunca juegas a un juego cuando puedes jugar a cinco, ¿verdad?" ¿Es este el tipo de cosas que quieres?

Diana

¿No se dan cuenta después de un tiempo? ¿Cuánto duran tus relaciones? ¿Fuiste tú quien terminó las relaciones o fueron ellos? ¿Es una ruptura definitiva o sigues viéndolos de vez en cuando?

Steve

Todos los ex con los que me he casado, menos uno, han roto conmigo. Ese no pareció captar las indirectas y se quedó demasiado tiempo. Normalmente me gusta tener una pareja de dos a cuatro años, y la más larga fue de seis años, pero parece que ha sido demasiado tiempo porque se ha vuelto loca por ello y ha estado comprometida tres veces, así que creo que me quedaré con un máximo de cuatro años.

Todos mis ex siguen hablando conmigo y piensan que soy un buen tipo, incluso después de todo lo que les hice pasar. Suelo hacerles creer que ellos tienen la culpa de todo.

Fred

Varias personas (en su mayoría mujeres vulnerables) me han dicho que les inquieto un poco porque veo a través de ellas. El hecho de que me lo hayan dicho debería indicar que eso no fue suficiente para impedir que se abrieran a mí, a menudo con un nivel de confianza verdaderamente sorprendente.

Machine Translated by Google

¿Porque los atrapé? ¿Los engañé? No.
Porque quisieron.

Para ser claro, hay muchas personas de cuya confianza nunca he abusado, porque nunca ha habido ningún propósito en hacerlo, o incluso ni siquiera siento algún tipo de cariño por ellas.

Hay secuencias enteras de mi vida que serían idénticas en su forma a las de una persona genuinamente solidaria y bondadosa. Ni siquiera me molestaré en fingir que no he explotado o maltratado a nadie, en particular si me han dado motivos para mirarlo con desprecio.

No es mi culpa si la gente quiere creer cosas idiotas. Nunca recibo el reconocimiento por lo felices que son mientras mienten –su mentira, debo enfatizar-
¿Por qué debería asumir la responsabilidad incondicional de la parte posterior, cuando no quieren que termine? No están enojados conmigo. Bueno, lo están, pero no deberían.

Lo que realmente les enoja es que los hayan tomado en ridículo tan fácilmente.

Desde mi punto de vista, diría que no me doy por vencido cuando las cosas se ponen difíciles y que hago todo lo que puedo para salvar una relación. Si es así, entonces obviamente no es una que se pueda salvar, le daré a la otra persona el poder de ser la que se vaya. ¿No son buenas cualidades? Esa es una pregunta honesta.

Aunque admito que el hecho de que se vayan tiene otros beneficios que probablemente harían que valga la pena hacerlo de todos modos.

Machine Translated by Google

Tal vez sólo quiero decir "quiero hacerte feliz" de una manera diferente a como lo dicen otros. Más literalmente: te haré feliz. Te haré más inteligente, menos asustadizo, más estable, mejor equipado y más consciente de ti mismo de lo que serías de otra manera, porque te estoy ayudando a deshacerte de toda la porquería y la madera muerta que te están frenando.

Creo que, al leer esto nuevamente, no llegaré a pretender enseñar modestia.

Factura

Si alguien ha visto lo que hay detrás de mi "máscara", todavía no ha tenido el valor de decir nada. La mayor parte de lo que he oído directamente ha sido, como dije antes, que puedo ser intimidante.

He oído informes indirectos de que asusto a algunas personas, en particular cuando se oponen a mí en algo. Cuando me han hecho saber esto, no han dado muchos detalles.

No pueden describir exactamente qué les asusta ni qué creen que harán, por lo que los informes nunca llegaron muy lejos ni fueron tomados muy en serio por sus superiores.

Diana

¿Sientes que necesitas usar una “máscara” para relacionarte con los demás? ¿Es esto solo otra palabra para decir mentira? En el foro, he visto que se dice que la gente sabe que un psicópata miente porque mueve los labios.

Factura

Cuando hablo de la persona promedio que usa una mascarilla, no quiero decir que tenga intención de engañar.

Machine Translated by Google

Por el contrario, cuando se enmascaran, a menudo es con las mejores intenciones.

Cuando escuchas la historia terriblemente aburrida de alguien sobre el primer día de colegio de sus hijos y finges interés, ¿no es eso una máscara? Cuando sabes que lo que alguien está diciendo es absolutamente absurdo, pero luchas contra el impulso de decirlo, ¿no es eso una máscara?

La diferencia entre nosotros es que tú lo haces por un contrato social que exige cortesía. Yo lo hago para que crean que estoy realmente interesada en ellos. Todos usamos mascarillas; yo solo hago que mis mascarillas sean rentables. Fíjate que utilizo el plural: mascarillas. Uso muchas.

Fred

Haces referencia a la frase siempre presente “sabes que están mintiendo porque sus labios se mueven”. Desde mi punto de vista, yo no miento más que tú.
Quizás menos. Yo digo el mismo tipo de mentiras, pero no las creo.

Esa es la diferencia. O tal vez no lo sea: aparentemente no lo sé y posiblemente no pueda saberlo. Cuando yo hablo, tú mientes. Cuando tú hablas, mientes. Sé que esta es la perspectiva, pero también lo es cualquier otra interpretación.

Cuando llego a casa y alguien me mira con lágrimas en los ojos, pidiendo una respuesta a dónde he estado que no sea “con otra persona”, ¿qué me pregunta? ¿Dime la verdad? ¡No!

Es un enfático “¡dime una mentira!”. Así que tomé un par de cervezas de más para conducir, tomé un taxi con un amigo y dejé mi teléfono dentro. Lo habría llamado desde el suyo, pero no tiene tu número. Es una imagen improvisada construida en respuesta a tus instrucciones.

Machine Translated by Google

Sigo siendo genial. Tus esperanzas no se han visto frustradas por la verdad, y el precio de todo esto es simplemente que te sientes inferior a mí por un tiempo.

En cuanto a las mentiras, es un poco de ambas cosas. Dicho esto, una vez entregué un ensayo sobre cómo los secretos son una especie de mentira, así que tal vez no sea la mejor persona a quien preguntar.

Si la gente anda por ahí diciendo: "¿Qué puedo conseguir por mi dinero?" y alguien responde: "tus esperanzas y sueños", ¿qué esperan? Esperanzas y sueños.
Esto es lo que obtienen.

Nadie prometió que se harían realidad. Por eso son esperanzas y sueños, más que expectativas y metas.

Diana

¿Puedes darme algunos ejemplos de lo que quieres decir cuando dices que alguien te pide que mientas?

Fred

Quizás nos acabamos de conocer y estemos acostados en la cama. Hay algo de lo que quieres hablar, esperas que lo entienda y no me ofenda, pero ya te han hecho daño antes. Sé sincera: ¿puedes confiar en mí? Te miro con seriedad y te digo: "Por supuesto que puedes, ya lo haces".

Entonces me río, me pegas y preguntas pero no, en serio. Intento parecer honestamente reflexivo por un momento y decirte que la confianza no es algo que deberías permitir que otros te asignen; es demasiado poder para darle a los demás sobre ti mismo.

Machine Translated by Google

Te acabo de decir la verdad, tú la convertiste en mentira y después me culparás por ello. Destaqué el hecho de que preguntar era demasiado poco y demasiado tarde.

Te dije que nunca permitas que los demás decidan si confías en ellos o no. Te señalé que debes tener cuidado con la forma en que dices las cosas si son importantes para ti.

La gente se miente a sí misma y luego exige que use un brazalete amarillo o que tenga grabado en mi cara la frase “no reajusta minuciosamente las neurosis de cada mujer que conoce antes de permitir que se sientan atraídas por él”.

Sin embargo, en otro sentido sí, es verdad. Tú lo llamas mentir. Yo lo llamo entender cómo funcionan las palabras. Como en la escuela, donde enseñan todo tipo de simplificaciones en la clase de ciencias porque son más fáciles de entender. Puede ser, pero eso no las hace verdaderas.

Luego más tarde te enseñan algo más cercano a la verdad. – algo más consistentemente útil – y tienes una mayor comprensión y dominio del tema que cuando trabajabas con la mentira instructiva.

Si el estudiante fuera capaz de comprender el modelo más preciso, no habría necesidad de mentirle y no habría ningún beneficio en hacerlo.

Diana

¿Cómo modelas tu comportamiento “normal” para crear tu máscara? ¿De los demás? Como mencioné antes, me interesa simplemente porque es una forma de pensar o expresarme a la que no estoy acostumbrada.

Machine Translated by Google

Para mí es como ver una película extranjera e intentar aprender las costumbres y el idioma. Es un mal ejemplo, pero probablemente entiendas lo que digo.

Fred

Ver una película para intentar conocer las costumbres de la sociedad que retrata no es un mal ejemplo, es un ejemplo magnífico. Es básicamente lo que siento respecto a muchas cosas.

Es como le dije a una ex: su jefa se rió como si lo hubiera aprendido viendo vídeos de YouTube y leyendo, sin haber experimentado jamás el humor ni entender cómo se siente.

Pero era una chica rara. Me asustó un poco porque nunca podía saber si volvería a entrar en la habitación blandiendo un hacha de bombero en un violento intento de descubrir en qué parte de una persona se encuentra el lado gracioso.

¿Es ese el tipo de cosas a las que te referías? Es difícil pensar en ejemplos específicos porque, para ser sincero, he pasado la mayor parte de mi vida en total ignorancia de que no es necesariamente un comportamiento normal.

Creo que una vez que comprendes el principio de estar "agresivamente seguro" de ti mismo, blandiendo la certidumbre como una viga de acero o un ariete, todo resulta más claro. Ni siquiera es injusto, porque la otra persona es igualmente capaz de hacerlo.

Si tanto les importa ganar la discusión, ¿por qué no responden de la misma manera? ¿Por qué dejan que alguien más les diga qué pensar y confían en ellos más que en sí mismos?

Machine Translated by Google

Diana

Mi historia con los psicópatas es muy diferente a la de los miembros de mi foro. El público en general tiene una visión inquietante de lo que es un psicópata y cómo se traduce en nuestra vida diaria.

Creo que hay muchos más psicópatas de los que nadie está dispuesto a admitir o reconocer.

Existe la clara impresión de que si buscas la palabra, verás una imagen de Ted Bundy. Pero en otros casos, la palabra se usa de forma tan generalizada que ha perdido parte de su significado en el otro extremo del espectro.

Fred

Estoy totalmente de acuerdo en que la terminología está distorsionada por la concepción popular. El comportamiento psicopático no tiene por qué ser necesariamente un asesino sin remordimientos, pero tampoco debería aplicarse para significar “comportamiento manipulador, emocionalmente retraído, típico de los hombres”.

En algunos casos, puede haber un elemento de negación que lleve a que la única explicación de que alguien haya tomado una serie de decisiones muy estúpidas sea que fue manipulado por algún tipo de vampiro emocional.

En otros, existe una disposición a descartar rasgos de personalidad significativamente psicopáticos con cosas como "él simplemente sabe lo que quiere" o "ella es una mujer muy motivada".

Machine Translated by Google

Podría decirles a las personas de su foro: "Soy lo que ustedes odian, y me parece lamentable que hayan sufrido como consecuencia de personas como yo", y estarían pidiendo a gritos mi sangre. ¿Por parecer aburrida? ¿Por no pasar toda mi vida, cada segundo, reflexionando sobre ellos, excluyendo mis propias necesidades?

Hay personas "normales" (si lo interpretaste como una burla, en este contexto tienes razón) a quienes les va muchísimo peor que a mí.

Pero lo hacen porque están tristes. Muy, muy tristes. Lo siento, oficial; dejé a estos niños sin padres porque lloré tanto que salieron balas. ¿En serio? Ah, está bien. Veinte años de buena conducta y te rehabilitaremos hasta el cansancio.

Porque se hizo por una razón, pudiste entender que perdonarías a un verdadero monstruo que hizo algo grande mucho más rápido que yo.
Por, sobre todo, cosas que os hacéis a vosotros mismos.

¿El mensaje? “Sí, somos ‘malos’. Eso no significa nada para ti. No puedes quitarnos nuestra rectitud con tu debilidad, tu miedo o tus manoseos pasivo-agresivos”. Es hermoso, ¿no crees? Esta idea. Esta condenación gozosa.

Sólo estoy sacando lo mejor de una mala situación.

Intento apoyar la historia para otros, pero no pueden seguir el ritmo. Cuando abandonan, ¿qué debo hacer?
¿Dejar de correr? ¿Entregarme a ellos? Ellos no lo harían por mí.

Machine Translated by Google

Según el entendimiento de la mayoría de la gente, iré al infierno. Como dije, condenación sin esperanza de redención.
En mi caso, por prácticamente nada. Así que lucho por todo lo que tengo. Lo que me importa. No me disculpo por eso. ¿Debería hacerlo la madre?

Ella podría marcharse y volver para quedarse con algo. Yo no puedo. Si no puedo tener lo que sea que "realmente" es el amor, entonces encontraré el mío propio, en la ira. Aprende a disfrutar la ira.

Estaba pensando que el problema con los sociópatas no es tan simple como que haya algunos. Es más, hay algunos pero no todos son uno. Si todas las personas lo fueran, entonces sospecho que se debería establecer algún tipo de confianza de segundo orden y moralidad por las mismas razones por las que aparecieron las versiones cotidianas.

Tal vez eso sea lo que son las emociones: un rasgo evolutivo que ayuda a los individuos a tomar decisiones de acuerdo con el marco metaético socialmente freudiano que se ha establecido como un medio aceptable de resolución/prevención de disputas.

Dado que estas cosas no se pueden justificar más de lo que se puede justificar el hecho de que "los obispos se mueven en diagonal", los motivadores irracionales que alienten el cumplimiento serían herramientas muy ventajosas de evolución social.

De modo que el problema en realidad es lo que subyace a todo: una desigualdad en el equilibrio de poder, una injusticia innata en la forma en que está estructurado el mundo. Como si fuera necesario que hubiera más injusticias de ese tipo.

Machine Translated by Google

Diana

¿La gente te tiene miedo? ¿Debería yo tenerte miedo?
¿Deberían tenerte miedo las “víctimas” de mi sitio web?

Factura

Puedes estar tranquilo, ninguno de ellos es un objetivo atractivo para mí. Prefiero tener mis marionetas cerca.

Fred

Nunca le he levantado la mano a una mujer, solo he sido infiel ocasionalmente, etc., pero ciertamente hay algunas cosas que otros solo considerarían como, al menos, muy insensibles.

No creo que ninguno de mis amigos me tenga miedo.
En mi caso, sí, ya que a veces (bueno, a menudo) puedo mostrar una tendencia imprudente/impulsiva de varios kilómetros de ancho. No siempre es autodestrucción absoluta, pero tampoco siempre eso.

No necesitas imaginar realmente cómo te sentirías, solo ten en cuenta que sería horrible y, por lo tanto, no es algo bueno que hacerle a alguien.

Aparte de los casos en los que se intenta ser amable y cruel, por supuesto. Los odio porque, se mire como se mire, siempre se pierde.

Lo que sí puedo decirte es que me han dicho que puedo ser aterrador. No es que dé miedo, sino que soy aterrador. ¡Qué cosa más increíble decirle a un tipo que tiene sus propios problemas! ¿Acaso creo que te pondrías en riesgo? Espero que no. Pero, ¿no lo entiendes? La gente lo hace. Una y otra vez. A veces es lo que más quieren hacer.

Machine Translated by Google

Apuesto a que en tu foro hay gente así, que se marcharía de inmediato si alguien les hiciera un gesto con la mano. Otros buscarán a personas similares a la persona que anhelan, porque no es la persona lo que quieren, sino el trato, la experiencia, la ideación, la pertenencia.

Y todo el tiempo os voy mostrando quién soy.
Observa esas palabras. Piensa en ellas. ¿Te resultan familiares? ¿Cuándo lo vuelvo a hacer? No pasa nada, porque (con suerte) ya está bien establecido de qué se trata.

Ya les he dicho que advierto a la gente, y ellos siguen adelante sin hacer nada. Es seguro mirar desde el otro lado de las barreras, pero en su interior reina el caos. Literalmente, tal vez.

Está bien que me quieras, que hables conmigo. Pero probablemente no esté tan bien que te acerques a mí. No alimentes a los leones.

Diana

No sé muy bien por qué has sacado a colación este tema. Te aseguro que no meto los brazos en la jaula de los leones, y mucho menos en sus bocas.
La mayoría de las personas que escriben en mi foro se sienten víctimas. ¿Crees que tienen razón?

Steve

Al releer algunos de los comentarios de su foro, me siento como una especie de musa. Entiendo la mentalidad de las personas que participan en su foro y no me siento ofendida.

Diana

Puedo entender por qué te sientes como una musa.
Tenga en cuenta que las personas que publican en mi

Machine Translated by Google

Los foros están en un espacio muy negativo cuando aparecen.

Fred

Me gustaría compartir mis observaciones sobre algunos comentarios realizados por miembros de su foro:

“Brokengirl” necesita entender que ya no lo ama. Simplemente no quiere aceptar que se equivocó al hacerlo en el pasado y que nada va a cambiar eso.

Él no la ama. Dice que sí, pero ella piensa que es una artimaña. Esto se debe a que en realidad ya no lo ama y, por lo tanto, incluso los reflejos ahora parecen equivocados. Ella no quiere haberse equivocado.

No quiere quemar las fotografías de sus vacaciones en el cielo, a pesar de que hace tiempo que vio lo que había detrás de escena y descubrió que todo era una farsa.

Dile que visite a sus padres, que se quede con ellos al menos unos días cuando estén mucho tiempo cerca y que les cuente lo que ha pasado. Y a todos sus amigos. O la causa de la muerte de esa persona será "ahogada en su propio orgullo". Tiene que tragárselo, contárselo y dejar de estar aislada.

Supongo que la manera de hacerlo es desocializando a nuestras víctimas, rompiendo los vínculos. No sé si ella lo hará, porque ya está usando sus palabras.

Mirar:

"Los amigos y familiares quedarán devastados si se enteran de que se ha puesto en contacto conmigo de nuevo". Traducción: no quieres molestar a tu familia, no dejes que tu

Machine Translated by Google

La debilidad los arrastra hacia abajo como lo hace con todos los que te rodean, mantente aislado.

Deja de escucharlo a él y empieza a escucharlos a ellos. Esto significa dejar de escucharse a sí misma por un tiempo, porque es evidente que no es capaz de actuar ni siquiera vagamente competentemente en ese asunto.

O eso, o eres un desastre débil en todas las áreas de tu vida y siempre lo has sido, lo que lleva a que tu familia y amigos estén hartos de tus constantes tonterías y de la inevitabilidad con la que tomas malas decisiones.

Si ese es el caso, te viene a la mente la frase "has hecho tu cama y ahora debes dormir en ella".

"Todavía estoy confundida" (traducción: me dice que estoy muy confundida. Si él destruyó su vida, y la ha dejado hecha pedazos. ¿Por qué hay que estar confundida? Ella no cree que esté confundida realmente. Uno no va a terapia por traumas por los que podría querer volver a pasar).

"Por alguna extraña razón, todavía lo amo" (traducción: sigue actuando con arrogancia y diciéndome que sabe que todavía lo quiero. No coincide con lo que sé que es verdad, pero él todavía está en mi cabeza y, por lo tanto, confío más en él que en mis propios sentidos, sentimientos y recuerdos).

Algo más que tiene mal: no le salió mal cuando él la llamó, le salió mal cuando ella respondió.

“Freebird” no tiene problemas de confianza con los hombres. “Freebird” tiene problemas de confianza porque su propio juicio no fue suficiente para salvarla la última vez.

Machine Translated by Google

Ella necesita dejar de externalizar esto y aceptar que podría cometer otro error y que eso podría lastimarla.

Nada está garantizado en la vida; en cualquier momento podría ser aplastada por una roca del espacio o sufrir un derrame cerebral o una embolia o un millón de cosas más que podrían matarla o dejarla lisiada. ¿Dejará que eso le impida vivir?

¿Su casa está desprovista de electrodomésticos en caso de que alguno falle y se inicie un incendio o simplemente intenta no meter la tostadora en el fregadero mientras lava los platos?

Diana

Me gustan tus ideas sobre Brokengirl y Freebird y estoy de acuerdo contigo. Una cosa que sucede, en mi opinión, si las personas no se curan es que atraerán el mismo tipo de cabello, pero de diferente color, por así decirlo.

Mi objetivo es reconocer su dolor, que queda claro en sus escritos sobre su experiencia, y esperar que leer que otros están en la misma posición les brinde más consuelo y esperanza para el futuro.

No sé lo suficiente sobre ninguna situación como para decirle a la gente qué hacer.

No estoy segura de que la gente sepa con exactitud que ha sido víctima de manipulación psicológica, incluso cuando se encuentra a cierta distancia de la situación. Creo que es un fenómeno que pasa prácticamente desapercibido.

Machine Translated by Google

Puedo ver cómo tus respuestas también los empujarían a pensar que fue más cosa de ellos que de cualquier otra cosa que hayas hecho.

Parece que eres bueno haciéndolos sentir como si ellos fueran el problema y no tú.

Fred

El objetivo de las respuestas es hacer que parezca así, así que estoy de acuerdo. Supuse que la gente reflexionaría sobre ello con el tiempo y lo analizaría con una comprensión más clara. Si no es así, tal vez no entiendo a la gente tan bien como pensaba.

Mucha gente dice que los psicópatas tienden a reaparecer en sus vidas años después. Esto es cierto.
Sin embargo, también ocurre lo contrario: las víctimas a veces (a menudo) muestran algún tipo de comportamiento adictivo.

¡Quizás pueda salvarlo! ¡Esta vez podría ser diferente! Incluso si tal cosa fuera posible, esa forma de pensar no comprende la situación.

Diana

No me sorprende tu comentario. Creo que la gente tiene una impresión equivocada: el hecho de que seamos diferentes no significa que no compartamos algunos pensamientos. Aunque no sea cierto, es un gesto agradable. Esa es mi esperanza y siempre ha sido que estén a salvo y que hayan encontrado las respuestas a las preguntas que buscaban.

Factura

He leído su foro (investigación sobre psicópatas), al menos la mayor parte. Me sorprende que algunos de sus miembros se llamen a sí mismos víctimas. Por lo que he leído,

Machine Translated by Google

Concedido que es sólo una visión limitada de la situación; parece que estaban al acecho para que se aprovecharan de ellos.

Incluso la gacela del Serengeti sabe que hay depredadores a cada paso. ¿Crees que cuando una es atacada por un león las demás se quedan atónitas? "Dios mío, no tenía idea de que había animales que me pudieran comer".

En absoluto. Entonces, ¿por qué los humanos deben parecer tan asombrados cuando se aprovechan de ellos?

¿Por qué es esto sorprendente? Me parece aún más fascinante que después de ser "victimizados", sigan llamando a la persona "Mi psicópata". Todavía no han logrado eliminar a esta persona de su yo interior.

Siguen siendo víctimas mucho tiempo después de que el psicópata se haya ido y todavía usan el posesivo cuando hablan de ellos.

Sus vulnerabilidades los hacen aún más susceptibles a otro ataque.

Diana

Ni siquiera yo estoy seguro de poder responder a tu pregunta de por qué la gente se sorprende tanto cuando se aprovechan de ellos. Solía ver el programa de televisión American Greed17,

---

17"American Greed" es una serie documental estadounidense semanal sobre crímenes reales que se emite en la CNBC. El programa se centra en las historias detrás de algunos de los mayores delitos corporativos y de cuello blanco de la historia reciente de Estados Unidos; entre ellos, WorldCom, HealthSouth y Tyco International. Además, se incluyen historias sobre delitos financieros comunes que afectan a decenas de ciudadanos comunes (esquemas Ponzi, fraudes inmobiliarios y de inversión, robos a bancos, robos de identidad, fraudes médicos, malversación de fondos, fraudes de seguros, etc.).

Machine Translated by Google

Y me sorprendió cómo la gente hipotecaba su casa para invertir en algún proyecto.

Hay muchas dinámicas en juego: la persona que lleva a cabo el plan les muestra cosas y les hace sentir que solo las personas "especiales" pueden participar. Ven los autos lujosos de la estafa y sueñan con tenerlos ellos mismos.

Y el componente principal es que se necesita una persona amable y solidaria que pinte todas las banderas rojas y se deje llevar por ese camino.

Una cosa que todos los psicópatas parecen hacer es atraer a sus víctimas y/o explicar sus acciones aparentando ser la víctima en cualquier situación.

La gente siempre siente pena por la víctima.
Solo una observación. Creo que es parte de la naturaleza humana sentir compasión por el “hombre común” o la víctima, como sea que se exprese.

Factura

Yo también he visto American Greed. Lo que me sorprende no es que la gente haya caído en la trampa, sino que las víctimas se quedan conmocionadas por lo que les ha pasado.

También se tratan casos de fraude, asesinato a sueldo, robo de arte, fraude con tarjetas de crédito y lavado de dinero.

Machine Translated by Google

Todo el mundo sabe que existo. Todo el mundo sabe de lo que soy capaz. ¿Por qué no iba a hacérselo a ellos? ¿Qué tiene de sorprendente?

Diana

Creo que es una exageración. No he investigado nada, pero tras muchos años de escuchar a las víctimas, no estoy seguro de que todo el mundo sepa de tu existencia.

Muchas veces, simplemente no le ponen nombre. Por ejemplo, cuando Bernie Madoff hizo el 18
El colapso del esquema Ponzi conmocionó a muchísima gente bien educada.

Si supieran que hay psicópatas rondando a su alrededor, no creo que fuera así (quedarse en shock al darse cuenta de que les han robado).

Esa es la razón por la que me interesa este tema, para que más personas puedan confirmar sus intuiciones sobre personas que podrían sospechar que son psicópatas y para que los demás sepan que existes.

El problema, como ya comentamos antes, es que la gente parece prestar atención a tu existencia solo cuando se producen asesinatos importantes. E incluso entonces, cada noticia describe de forma diferente a la persona que comete esos actos.
Algunos llaman a la persona que comete esos asesinatos.

18Bernie Madoff fue el ex presidente no ejecutivo del mercado de valores Nasdaq y el operador convicto de un esquema Ponzi que se considera el mayor fraude financiero en la historia de Estados Unidos.

Machine Translated by Google

Algunos son sociópatas, otros psicópatas y otros narcisistas.

Y luego, para colmo, en una conversación una persona se referirá a los tres términos, psicópata, sociópata y narcisista, para describir a la misma persona.

Factura

Como ya he dicho antes, mi santificación no se debe al sufrimiento de los demás. Yo creo que, como psicópata, su sufrimiento tiene poco o ningún efecto en mí.

Mi satisfacción viene del poder sobre los demás.
Si bien el dinero es un gran motivador para mí, una posición de poder me resulta más atractiva. Esto se aplica a mis interacciones con la gente.

Preferiría controlarte que quitarte tu dinero.

La razón es que si tomo tu dinero, probablemente pronto te darás cuenta de la causa de tus desgracias financieras y me veré obligado a seguir adelante.

Si te controlo, puedo usarte por un período de tiempo mucho más largo y eventualmente, si es necesario, hacer que asumas la culpa por cualquier problema que pueda surgir en mi dirección.

Hay casos en los que no le quito absolutamente nada a mi víctima. De hecho, es lo que ocurre con frecuencia. La mayoría de las veces son simplemente peones en una partida de ajedrez.

Machine Translated by Google

La carta de la víctima es un as en la manga. Tu empatía es tu debilidad. En tu neblina de empatía por mi situación, creerás todo lo que tenga que decirte.

Esto deja abierta una puerta que no puedo evitar atravesar. A menudo, organizo mis propios mini "desastres" para poder hacerme la víctima y convencerte de que te unas a mi causa. Es una ecuación matemática simple.
Un desastre que no es mi culpa + pobre de mí = bienvenido al espectáculo de marionetas.

Diana

¿Hay algunas cosas específicas que buscas, la forma en que se ven o cómo buscas las debilidades de los personajes y son estas cosas específicas las que usas cuando te enfocas en ellos?

Como ejemplo simple, y estoy seguro de que tienes ejemplos mucho mejores, si sabes que alguien tiene un problema con la bebida, ¿lo sacas a beber para ver qué dice cuando está borracho, o usas esto para difundir información y exagerar cómo es y cómo se relacionaría con su desempeño en el trabajo?

Factura

Soy especialmente bueno en conocer intuitivamente las debilidades del carácter de una persona y explotarlas. Un psicópata, por otro lado, mostrará un carácter que no es el suyo (o con menos frecuencia, el de ella), lo que te hará creer en debilidades que no existen.

Identificar a esta persona de manera temprana me brindaría una clara ventaja. Haciéndote creer en mí.

Machine Translated by Google

Debilidades que no existen. Es difícil describir exactamente cómo busco las debilidades de los personajes.

Supongo que es en parte instintivo. En cuestión de segundos después de conocer a alguien, tengo una buena "sensación" de la cantidad de esfuerzo que se necesitaría para convertirlo en la nueva incorporación a mi colección de marionetas.

Mantengo una especie de lista mental de cada persona y sus fortalezas y debilidades.

Si sé que la persona A tiende a enojarse cuando la desafían, es una herramienta que puedo usar cuando necesito crear una confrontación. Si la persona B es amable y desea que todos se lleven bien, es una herramienta que puede salir en mi defensa si me desafían. Si la persona C tiende a contar secretos cuando está borracha, adivinen quién es mi nuevo compañero de bar. Si la persona D no puede guardar un secreto, es mi herramienta para el rumor y probablemente se convertirá en un chivo expiatorio. Y así sucesivamente.

Si eres receptivo a los halagos, entonces eres la persona más hermosa que he visto. Si te gusta que te glorifiquen, nunca he visto un líder más fuerte.

Toda debilidad tiene un propósito. Algunas son más difíciles de manejar que otras.

Determino tus debilidades por la forma en que hablas y respondes, las palabras que eliges usar, la forma en que te presentas, el lenguaje corporal y otras señales visuales.

Una breve conversación me dará una buena idea de tu composición emocional y de tu carácter, exponiendo tus...

Machine Translated by Google

Defectos, debilidades y, lo más importante, partes de tu carácter que podrían ser problemáticas para mí.

Cuando dos personas se conocen, se forman una especie de impresión sobre la otra persona, esa es su primera impresión. A mí no me pasa lo mismo. Yo no tengo una impresión sobre ti, sino que te leo. Tus interacciones conmigo son como un manual de instrucciones.

Preferiría mucho más trabajar con una persona emocional. Sería mucho más fácil controlarla y mucho más predecible.

Fred

Me parece que es la misma diferencia que entre piezas y jugador. Si imaginamos un escenario mundial para una partida de ajedrez, con piezas que representan sus conceptos militares tradicionales, las personas "normales" son las piezas. Para ellas, están cargando por encima de la mesa o defendiendo al rey de las cargas de la caballería.

Saben cómo es que las cosas sean como se describen, no como son en realidad. En comparación con esto, mis sentimientos se parecen más a los de un jugador: resolver problemas para alcanzar la victoria.

En cuanto a cómo se manifiesta esto, puede depender. Lo ideal sería que la situación fuera claramente de "ganar o perder", en la que yo fuera un gran tipo que hizo más de lo que se esperaba de él, y ellos fueran una desgracia lamentable, desagradecida y egoísta. Sin embargo, a menudo basta con saber que volverán a estar allí cuando los necesite.

Este es un tipo diferente de victoria: te atrapé, te arrojé y, solo para demostrar que ni siquiera la advertencia ayuda, te volví a atraer solo para dejarte caer en el último momento.

Machine Translated by Google

Para demostrar que puedo hacerlo de nuevo, que no tiene sentido no seguir adelante, que será más fácil para todos simplemente dejarse llevar. Y tal vez para reafirmarme a mí mismo que realmente soy así de bueno.

Si las descripciones de la autoimagen psicópata son mínimamente precisas, solo puedo suponer que esto sería un fuerte motivador. Lo veo simplemente como yo siendo yo.

Incluso después de todas las tonterías, sigo siendo más deseable que otros chicos. No por despecho, a menudo. Simplemente me sale de forma natural. ¿Sabes cómo, cuando sales de casa para una reunión o algo así, revisas todos tus bolsillos/bolsos al salir por la puerta para asegurarte de que todo esté donde debería estar, en caso de que lo necesites? Así es. Memoria muscular, pero aprendida con un propósito, en lugar de ser un movimiento sin sentido.

También puede resultar beneficioso para ambas partes si existe alguna manera de que la otra parte salga aún mejor parada de la situación. Sin embargo, cuando se trata de que tengan la necesidad de ser perdedores (como sucede tan a menudo), entonces sí, puedo ver que son los perdedores.

De eso se trata, ¿no? Si no pudiera verlo, no sabría que soy el ganador y, por lo tanto, seguiría trabajando duro.

A veces me sorprende lo que molesta a la gente, así como lo que no, en cierto modo.

Diana

Cuando tengas algo de tiempo, ¿puedes reflexionar sobre lo que la gente ha dicho en el pasado?

Machine Translated by Google

¿Alguien alguna vez te ha llamado psicópata después de una discusión acalorada? Si es así, supongo que fue tu novia o amante.

Fred

Mis amigas me han llamado de todo, de todo, cosas horribles. No importa lo tranquilo y razonable que sea. Ellas rara vez lo son. He intentado reemplazar la calma con gritos, pero cuando grito, las mujeres tienden a estallar en lágrimas al instante. Lo cual es extraño si lo piensas.

Dicho esto, no recuerdo detalles específicos de los argumentos.

En realidad, creo que, a menos que me pongan en una posición en la que necesite la información, no sé si puedo recordar de qué se trataba.

En realidad siempre son lo mismo, que es ella diciendo "Soy una idiota necesitada que quiere que me des la vida de mis sueños, pero solo si me la das a mi manera soñada".

Estoy empezando a pensar que la última ex "de verdad" -a la que odio de verdad- puede haber sido una persona con trastorno límite de la personalidad muy severo. Manejaba la debilidad como si fuera un cuchillo, y creo que siempre se quedaba perpleja cuando yo no me estremecía o sangraba cuando ella lo usaba. More lo agarraba, lo retorcía y observaba cómo la culpa por lo que estaba haciendo aumentaba.

Ella realmente merecía mucho peor de lo que recibió.

Si la vuelvo a ver, tengo la intención de terminar el trabajo y dejarle claro quién está al mando. ¡Uf! Me hace sentir mal. Lo peor de lo peor.

Machine Translated by Google

¿Has visto la película Matrix? 19 En ella se dice que las máquinas intentaron crear una utopía para la gente, pero la mente humana se retractó de algo que consideró demasiado bueno. Eso es lo que realmente sucede.

Lo único que obtengo es lloriqueos ingratos.

Diana

Me interesa su relación y espero que al hablar de ello podamos mostrar estas cosas desde una perspectiva más precisa, si está dispuesto a llegar allí.

Hay tanta información disponible sobre historias de víctimas, etc., y, francamente, nada de eso proviene realmente de tu punto de vista de las cosas.

Siempre hay dos lados de cada historia.
¿Qué piensas de las conexiones emocionales, por ejemplo?

¿Qué quieres decir con este comentario que hiciste:
“Realmente se merecía algo mucho peor de lo que recibió. Si la vuelvo a ver, tengo la intención de terminar el trabajo y dejarle claro quién está al mando. ¡Uf! Me hace sentir mal. Lo peor de lo peor”.

Parece una persona bastante dura. ¿Qué la convirtió en la peor?

19Matrix es una película de 1999 protagonizada por Keanu Reeves como hacker informático que aprende de misteriosos rebeldes sobre la verdadera naturaleza de su realidad y su papel en la guerra contra sus controladores.

Machine Translated by Google

Fred

He decidido que las cosas con mi novia actual tienen que terminar. Está empezando a molestarme mucho. No te preocupes, la dejaré que lo haga con amabilidad.

La verdad es que he llegado a la conclusión de que cualquier relación con la chica en cuestión sería también una relación con su madre. Su madre es una persona muy desagradable, ignorante y falsa y siento que soy
Me ha traído más problemas de los que es realmente justo esperar que pueda manejar.

Rechacé mi propuesta en broma de que la dirección y el número de teléfono de su madre se distribuyeran en ciertas revistas y cabinas telefónicas. Su madre no sabe cómo no pelear sucio, así que pedirme que limpie ese desastre sin ensuciarme al menos un poco es una estupidez.

Hace seis meses, yo era Dios mismo. Ahora soy un ser retraído y desinteresado. En una semana, en un mes, seré "ese cabrón".

¿O te referías a la última relación de convivencia? Porque esa era la chica que se estrelló contra una pared. Era tan patética que la vergüenza indirecta de compartir especie con ella es tan grande que hasta yo puedo sentirla.

Tiene un complejo de mesías que no te puedes imaginar, y lo digo como alguien que, por definición, probablemente también lo tiene. Pero para ella, "víctima" no es una palabra para describir a las personas. Es su nombre. Su insignia.

Si fuera un foro platónico, sería el del victimismo. En realidad, se comporta mucho como yo en

Machine Translated by Google

de muchas maneras, pero lo hace en un jodido OCÉANO de miedo y autocompasión.

Era increíblemente molesta y, en realidad, bastante estúpida, pero estaba convencida de que era una genio. Nadie se había equivocado nunca más en nada. Tuve que explicarle los números primos. Era profesora.

La única vez que he deseado que el autobús en el que viajo se estrellara fue cuando me senté a su lado al comienzo de unas vacaciones de dos semanas. Digo "vacaciones", pero me refiero, como absolutamente todo lo demás en su vida, a una "sesión de terapia prolongada".

Ella tuvo un ataque de histeria porque dijo que algún lugar que estaba al norte de nosotros estaba al este de nosotros.

Como no espero que tenga un conocimiento geográfico perfecto de todo el mundo, esto no fue un problema. Le dije (creo que exactamente) "Cariño, hemos dado la vuelta desde la última parada, así que ahora vamos hacia el norte", y ella perdió la cabeza por completo. En el autobús desde el aeropuerto.

Ni siquiera habíamos llegado al hotel y ella ya estaba teniendo una rabieta infantil, entre decirme todos los defectos que podía enumerar, por haberse equivocado en algo. Algo que se negaba a aceptar, incluso cuando nos detuvimos junto a uno de esos enormes mapas turísticos de carretera. ¡Estás aquí! Y... ¡Oh, mira! ¡Está al norte de nosotros!

El hecho de que tuviera razón fue una prueba más de que era un bastardo irracional.

Lo cual, si lo analizas, parece un libro de texto. Narcisismo total, pero definitivamente no soy un sociópata. Solo el...

Machine Translated by Google

la persona más despreciablemente inútil que haya caminado jamás sobre la Tierra.

De todos modos, todo terminó conmigo destrozándola en el altar, en el lugar santísimo, venciéndola en su estadio local de manera tan brillante que de alguna manera me siento feliz con el resultado.

Acepté hacer terapia de pareja y destruí el único lugar donde ella se sentía realmente segura, arruiné su último delirio, para que finalmente pudiera reconocerse como trastornada y tal vez seguir adelante para encontrar la realidad y la paz.

La he vuelto a ver una vez desde entonces y las dos sonreíamos y nos deseábamos buenos deseos. Si es lo bastante estúpida como para cruzarse en mi camino otra vez, haré que su falta de padre parezca una gota en el océano en
lo que respecta a las cosas que desearía que no le hubieran pasado.

A ella le pasa de todo. Ella es pura emoción.
Tristeza y miedo, prácticamente de principio a fin.

Perdón por sacar los crayones otra vez, pero esa relación era una zona de guerra, y si termino teniendo que revisitarla, entonces no haré prisioneros.

Creo que la gota que colmó el vaso fue que su hermana tuviera un bebé. Me dijo que estaba resentida conmigo porque no habíamos tenido uno todavía. Le dije que no teníamos uno todavía porque estaba tan lejos de convencerme de que sería una madre competente como nadie podría estarlo.

Ella fue a quedarse con ellos para ver al niño por primera vez y esperaba que yo me tomara una semana entera de vacaciones para ir con ella. Ya que yo habría estado reuniéndome con él

Machine Translated by Google

En aproximadamente un mes, le dije que debería ir sola.

Ella regresó, me miró y dijo algo como "Quiero un bebé o se acabó", y yo le dije "Está bien", y salí a tomar algo. Habíamos tenido un par de sesiones de terapia para ese momento y creo que solo faltaban tres más, así que acordamos que deberíamos terminarlas para cerrar el asunto.

Según la consejera, soy el hombre más equilibrado, paciente y respetuoso que ha tenido como cliente. Obviamente entendí mi

Los problemas de su novia habían ido más allá en términos de tratar de ayudarla con ellos, y era comprensible que tal vez ella necesitaba algo de tiempo a solas para descubrir cómo resolverlos sin dañar a quienes la rodeaban.

Soy educada, perspicaz, encantadora, comprensiva, resiliente, comprometida y una gran oyente. Mantengo la calma y el control bajo presión.

Obviamente, todo esto fue muy gratificante de escuchar, pero no llegaba al meollo del asunto. Conteniendo las lágrimas, le expliqué que tal vez no lo había hecho todo bien, pero que el amor verdadero no busca controlar.

Por lo tanto, si la única posibilidad de que ella fuera feliz era que yo la perdiera, asumiría ese dolor, porque era lo suficientemente fuerte para hacerlo por otra persona.

En otras palabras, yo era todo lo que ella quería ser. En un sentido muy real, ella misma lo hizo.

Machine Translated by Google

Diana

Para ser claro, nunca he pensado que un psicópata preferiría ser algo diferente de lo que es.

El sentimiento de arrogancia, por falta de una palabra mejor, y el hecho de pensar que son la persona más inteligente y más lista de la sala sin duda demostrarían que están muy contentos con lo que son. No hay nada de malo en eso: todos deberíamos estar contentos con lo que somos porque eso es lo que es.

Espero que puedas confiar en mí lo suficiente para entender que sólo estoy expresando mis opiniones.

Fred

Una cosa que deberías aprender sobre mí es que "puedes confiar en mí al 100%", es algo que me he dicho demasiadas veces como para creerlo cuando lo escucho de otros. Es sospechoso. No digo que ahora sea sospechoso, pero los problemas de confianza van en ambos sentidos.

Ya he intentado llegar a este punto antes: es el paso que hay que dar cuando alguien necesita que lo tranquilicen, que deje de preocuparse. ¿Por qué tendrían que ser así? Me temo que es un agujero muy profundo. Quizás sin fondo.

Mi falta de conformidad pondría de relieve el falso dolor de muchos otros y entonces la farsa se desmorona. La gente no consigue su dosis. No le quitas la aguja a un drogadicto si quieres que reaccione bien contigo.

Machine Translated by Google

En un funeral no se suspira ruidosamente de aburrimiento. Probablemente no te aburras en un funeral. Yo sí.
De manera excepcional.

Son como fiestas malas en las que estás ahí solo porque conoces al anfitrión, y él está en otro lugar sin poder entretenerte. Y supongo que a veces puedo olvidarme de mí mismo sin darme cuenta.

Han habido muchas ocasiones en las que la gente me ha mirado de forma extraña por razones que no entiendo.

De nuevo, no es algo que necesariamente esté en mi mente en ese momento. Es simplemente la forma en que terminan sucediendo las cosas. Sin embargo, como siempre, a veces es así. Definitivamente, más aún si he decidido que estoy harta de alguien y es hora de hacer que termine la relación por mí.

Este es un ejemplo de la bondad que mencioné. Les he dado la opción. Están tomando la decisión que quieren tomar.

Sé que quieren hacerlo, porque yo quiero que lo deseen. Incluso si yo no quisiera, cualquier persona sensata querría hacerlo. Sin embargo, ellos obtienen la mejor parte del trato. Psicológicamente, es mucho mejor irse que ser abandonado.

Si simplemente me fuera, probablemente harían algo realmente estúpido y desordenado. O, peor aún, decidirían que quieren venganza. No quieren venganza. No funcionará.

No es que no me importe, aunque eso también está presente, al menos la mayor parte del tiempo. Aun así, no funcionará porque sé cómo piensan y cómo creen que pienso yo.

Machine Translated by Google

Si planifico con suficiente antelación (es raro, admito)
Entonces puedo incluso asegurarme de que este reembolso sea beneficioso para mí.

Una de ellas se escapó y se acostó con un tipo muy tonto unas semanas después de que nos separamos. Yo quería descansar un poco de su incesante mierda, pero estaba tocando el tambor de bebé muy fuerte y sabía que no esperaría. Lo mejor era irse y luego aparecer como el padre potencial más perfecto del mundo después de un par de meses.

Ella pensó que me haría daño si se alejaba rápidamente de mí. En cambio, simplemente encajó perfectamente con los recientes rumores sobre su falta de control y su paso de un hombre a otro, y que esto era parte de la razón por la que mi pequeña y paciente yo se había hartado y finalmente se había ido. Ella solía estar comprometida con un amigo mío, así que él fue muy comprensivo en este punto.

Cuando me llegaron informes de que ella estaba actuando mal y en negación, era hora de dar marcha atrás.
Además, quería volver a esa zona por un tiempo. Por fin, una rosa con una nota: un poema empalagoso que había escrito a toda prisa.

Todo esto son tonterías, así que intenta decir lo menos posible para que la gente lo llene de profundidad. El resultado fue que se reunió conmigo para charlar. En medio de su jornada laboral. A espaldas de su nuevo novio.

Creo que fueron tres días después cuando estaba nuevamente en la casa.

Mientras ella se iba a la cama, fui a buscar la ropa de cama extra para el sofá. Ella me dijo que durmiéramos arriba. Le dije que no tendríamos sexo, porque estaba allí para demostrarle que no lo haría.

Machine Translated by Google

Yo mismo. Incluso dije: “Si tenemos sexo esta noche, sé que desearás que no lo hayamos hecho” o algo por el estilo. Regresé mis cosas a casa la semana siguiente.

Y tenía razón, porque ella deseaba que no lo hubiésemos hecho.

Recuerdo no haber sentido nada cuando mi entonces novia tuvo un grave accidente y fue arrojada de cabeza contra una pared a toda velocidad, excepto la molestia de desperdiciar mi sábado en una ambulancia y en el hospital con ella.

A esas alturas ya la odiaba muchísimo, pero estaba tratando de "recuperarla" después de un descanso de unos meses.

Todo el accidente ocurrió tan de repente (ella era una jinete competente, por lo menos).
que me tomó por sorpresa, pero afortunadamente mi -
En retrospectiva, se consideró que esa reacción era totalmente inadecuada, ya que me había comportado bien en una crisis y me había mostrado sereno como un pepino. Supongo que, en cierto sentido, es cierto.

Curiosamente, para mí parece existir una especie de simulacro de duelo, porque odio absolutamente perder. No lo soporto.

Si después decido que de alguna manera se me ha visto como si hubiera "perdido", restableceré relaciones que antes había arruinado felizmente, con gran esfuerzo. Actualmente, estoy contento porque no creo que sea así en ningún sentido que me importe. Si lo creo, la palabra "contento" ya no está en mi vocabulario.

Machine Translated by Google

Todas las palabras se sustituyen por "guerra" hasta que se resuelva la situación. De lo contrario, se produce un malestar extremo similar al aburrimiento severo.

Ya soy un imán para las estupideces y los locos. No necesito más problemas. Necesito más diversión.
¿Cómo se trata a un sociópata? Ten cuidado con lo que le imprimes.

Mírame como un novio cariñoso y seré un novio cariñoso. Acúsame de ser frío y distante y seré frío y distante.

De todos modos, esa es la única manera en que parecen funcionar los tontos juegos de relaciones. He visto a chicos, chicos realmente decentes, a los que se les considera idiotas porque la chica con la que se habían acostado de repente empezó a verlos de esa manera. Hicieron todo lo que pudieron para arreglar las cosas (bueno, todo lo que pensaron que podían hacer) y de todos modos terminaron en la ruina.

Porque cuando es un pato, es un pato, y hasta que no dejes de verlo como un pato, nunca verás que también es un conejo. Pero si hubieran respondido adecuadamente, la discusión habría sido breve, pero la relación habría sobrevivido.

Ambos tendrían lo que querían. Y si ella seguía pensando que él era un idiota pero no lo dejaba, parece lógico que lo que ella busca en una pareja sea un idiota. De lo contrario, ¿por qué convencerlos a ambos, a ella y a él, de que él es uno y luego no terminar la relación?

No es tanto un hilo sobre el tema en sí, sino una recopilación de consejos y estrategias de afrontamiento que he leído. “No soy yo, es él”. ¡Oye! Eso es justo lo que yo –él– estaba diciendo.

Machine Translated by Google

¡Pensando! Eres tú. Como si hubieran alcanzado la mayoría de edad y finalmente se hubieran dado cuenta de que tenían que aplicar las reglas por sí mismos.

Después de años de estar allí batiendo mis alas y haciendo gestos hacia el cielo abierto, finalmente abandonan el nido. Y yo he ganado. Ahora son más como yo por el resto de sus vidas.

Una vez que finalmente se detiene todo el llanto y el consejo increíblemente simple de “levántate y sigue con tu vida, sé quien quieras ser y no te dejes engañar por nadie porque te tomarán el pelo si se lo permites” se entiende por fin. Ya no se miran las palabras. Ni siquiera la página.

No sé qué tan divertido sería tener un sentido de culpa demasiado desarrollado o si el tipo de cosas que la gente dice en el calor del momento significan algo para ti. No lo había considerado.

¿Sentirse mal por sentirse bien? ¡Ay! ¿Es por eso que la gente se pone tan histérica al final de una relación?

Taaaaantas mujeres piensan que "psicópata" significa "varón". Siempre al borde del colapso porque, por Dios, la Princesa Prissy tiene una sensibilidad muy delicada. "¡Me gritó!" *golpea el suelo con el pie*. ¿Sí?

Bueno, no seas tan patético. Grita. Defiéndete. Quiero decir, obviamente no te defiendas. Eso equivaldría al suicidio.

Eso es un desafío. Simplemente, márchate en silencio, cambia tu número y deja de esperar que otras personas sean fuertes.

Machine Translated by Google

Para ti. No seas el tipo de persona a la que le gritan, si es un problema tan urgente para ti.

Sinceramente, no entiendo por qué la gente se pone tan increíblemente agitada y nerviosa al gritar.

Diana

¿Nunca te molesta el comportamiento de otras personas?

Fred

Por supuesto que tengo sentimientos. Enojo, por ejemplo. Frustrante, pero también lo que he llegado a llamar felicidad, preocupación, etc. Así es como funcionan las máscaras. No estoy totalmente desprovista de emociones, pero no le doy mucha importancia.

Según tengo entendido, debería estar "preocupado" porque no he sabido nada de mi novia desde hace unos días. La preocupación es “sentirse enfermo debido a la curiosidad por el fracaso de alguien en actuar con normalidad”, ¿verdad?

Pero no lo estoy. Un poco enfadado, sí. Como si solo estuviera intentando sacarme más atención. Sin embargo, seguro que puede. Estoy frustrado porque no quiere dejar de comportarse como una tonta ni irse. En realidad, acabo de llamarla porque estoy enfadado. Si le hiciera esto, se volvería completamente loca. Me llamarían imbécil.

Pero mi incapacidad para llamarla constantemente cuando ella me lo hace, mi incapacidad para ser como ella, también es motivo para llamarme imbécil. Lo hago yo, es culpa mía. Lo hace ella, es culpa mía. Ella había salido a "comer con una amiga" justo después de terminar el trabajo.

Machine Translated by Google

¿Acabo de sentir celos? Dime: si entrara en tu casa y me llevara tus cosas, ¿te pondrías celosa o enojada? Por supuesto, no estoy "celosa", pero hay un sentimiento que acompaña a la experiencia, de todos modos.

Rabia por haberme robado. Rabia por tener que proteger mi territorio. En este punto, no sé si vale la pena el esfuerzo. No me gusta que la gente intente jugar con ella en las relaciones.

Digámoslo de esta manera: si me dijera que la habían violado cuando regresaba a casa de un bar, mi instinto sería decirle que era una tonta por estar en esa situación. La gente se mete en esas situaciones y luego espera que los demás se encarguen de ello.

Porque no me desmorono a la primera señal, el mundo no está hecho de algodón de azúcar y gatitos; normalmente me miran a mí para que les haga la selección. No gritaría, por supuesto. Sé que eso no está hecho.

Sería bastante desagradable que alguien que me ama se suicidara, ¿no? Así que no gritaría, sino que esperaría un par de días hasta que se recupere un poco. Luego le sugeriría con delicadeza que tal vez ir a bares no sea una buena idea si no tiene ganas.

Ah, volvió a llamar para disculparse. Le di el Floating OK.
Oooh... ¿una demostración en vivo? Un ejemplo, solo para ti.
Una casa modelo. No puedo mostrarte todo, por supuesto, pero podemos verla desde afuera y maravillarnos.

Machine Translated by Google

Claro, estoy llena de conejitos y remordimientos por una vida mal vivida. Solo soy una alma perdida e incomprendida, en realidad. ¿Me acogerás bajo tu protección y me harás sentir completa de nuevo?

Diana

Aunque acostarse con alguien puede ser una parte natural del crecimiento, ¿qué tipo de cosas hiciste para asegurarte de lograr el objetivo final? ¿Tuviste alguna vez novias estables?

Factura

Tuve una novia estable durante toda la escuela.
Nunca dormimos juntos. Ella era una "buena chica cristiana" y eso realmente aumentó mi reputación de hombre respetable.

Las personas con las que me acostaba (digo personas porque me acostaba con chicos y chicas) solían ser de otras escuelas. A menudo elegía personas mayores que yo, estudiantes de la universidad comunitaria o, a veces, adultos jóvenes.

La manipulación se daba sobre todo con chicos. Me gustaba conseguir un chico heterosexual; para mí era el premio máximo. Lo que funcionaba con más frecuencia era invitar a una chica guapa a casa y tomar unas copas.

Una vez que ella había estado bebiendo, yo la convencía de que llamara a un chico que yo quería y lo invitara a mi casa. Aquí es donde la cosa se complicaba. Necesitaba que ella bebiera lo suficiente para desmayarse, pero no antes de que el chico llegara y comenzara a beber.

Una vez que los tres empezamos a tontear, le sugerí en voz baja a la chica lo cansada que se veía, o que no parecía sentirse bien.

Machine Translated by Google

El poder de la sugestión a menudo la convencía de irse a dormir o de llamar a un amigo para que la recogiera. Esto nos dejaba a mí y al ahora borracho heterosexual solos y alterados.

Todo lo que tenía que hacer era hablar mucho y rápido, ser convincente y comprensivo, y él estaría dispuesto a vivir la nueva experiencia. Era confiable y, cuando tenía éxito, no solo era una noche divertida, sino que el tipo sabía que ahora tenía información perjudicial.

Estoy casado. Curiosamente, tengo sospechas sobre la posible psicopatía de mi cónyuge, aunque en un grado menor que el mío.

Diana

¿Conocías a tu esposa desde hacía mucho tiempo antes de casarte? Me parece curioso que ella comparta tu tipo de personalidad, pero no puedes llegar a conclusiones concluyentes en tus observaciones sobre ella.

Factura

En cuanto a mi esposa, apostaría a que no es una psicópata en toda regla. Sin duda tiene algunas tendencias. Es muy egocéntrica y diría que el estilo de vida parasitario le sienta bien. A veces puede ser emotiva, pero desde luego no es una persona emocionalmente necesitada.

Tiene conciencia, aunque yo diría que está por debajo de la media. Es empática con ciertas personas de su vida. Nos fuimos a vivir juntos dos semanas después de empezar a salir. Vivimos juntos durante tres años antes de casarnos.

Machine Translated by Google

Gano mucho más dinero que ella, pero recientemente ha aumentado significativamente sus ingresos anuales. El matrimonio ha durado, y diría que bien, porque ambos nos utilizamos mutuamente.

Estamos abiertos a traer a otras personas para tener encuentros sexuales, lo que nos permite satisfacer nuestras fantasías y deseos sexuales. Ella es típicamente sumisa, lo que funciona para mí.

Diana

¿Dirías que prefieres sexo entre hombres o principalmente con mujeres, o simplemente no importa? ¿Tu esposa tiene preferencia sobre a quién invitas a tu dormitorio?

¿Quién de ustedes se encarga de la selección y cuál es ese proceso? ¿Tienen clientes habituales que se suman a ustedes o diferentes socios adicionales cada vez?

Factura

El sexo es sexo, en realidad. Depende de mi estado de ánimo, de si prefiero un hombre o una mujer. El sexo con un hombre me da más poder físico. El sexo con una mujer implica más control emocional. Normalmente elegimos juntos; tenemos gustos similares en cuanto a chicos.

Yo tengo la última palabra. Normalmente, solo invitamos a alguien una vez. Así evitamos que se encariñe con mi esposa o conmigo, lo que no terminaría bien para el tercero.

Ese es un drama que no me iría bien si algún día se hiciera público.

Machine Translated by Google

Diana

Algunas de las personas en mi foro se refieren a las relaciones con psicópatas como “skim and discard”, es decir, una relación superficial que termina con el psicópata descartándolos sin importarles.

¿Es esto cierto en tus relaciones?

Fred

Veo que en su foro hay gente que habla de este comportamiento de "robar y descartar". Que realmente se preocupaban, que querían conocerlo, pero que él nunca los conoció.

Esto es una gran ignorancia y una enorme mentira. Sí, lo hizo. Fueron ellos los que leyeron por encima. Si no lo hubieran hecho, habrían sabido a qué se enfrentaban. Si no los hubiera leído de cabo a rabo, de principio a fin, dos veces, nunca los habría aprendido. En realidad, no.

Eso no es del todo correcto. Él no lo leyó. Se lo leyeron ellos, incluso las palabras que son sólo palabras y que en realidad no significan nada. Su delito fue escuchar. El de ellos no fue dejar de hablar. Sino escuchar el odio. La rabia.

Él está cantando sobre el amor de la única manera que conoce. Lo que significa el amor para él. Lo que significa para mí. Lo que significa, en realidad. Muy pocas personas se atreverán a mirarlo con sinceridad y quienes lo hagan serán vilipendiados y expulsados antes de que contagien a alguien decente. Demasiado tarde.

Un día, si vivo lo suficiente, seré normal.
Sin cambiar nada de mí.
Quizás tenga mi redención después de todo.

Machine Translated by Google

Además, si te quieren por ser otra persona, en realidad no le gustas a nadie. Esto puede convertirse en un problema en las relaciones. Créeme.

Tengo una analogía. Me gustan las analogías y las metáforas en general. Entre otras cosas porque son básicamente mi única forma de entender muchas cosas, como todos ustedes parecen hacer intuitivamente. En fin, aquí está. Estoy orgulloso de ella, porque tiene muchas verdades:

El objeto de mis atenciones románticas siente lo mismo que un lienzo siente las atenciones de un gran artista.

Creo que esa línea es una expresión de las estructuras subyacentes que he estado discutiendo con respecto al capitalismo o al menos nuestra interpretación actual del mismo.

Para que haya ganadores debe haber perdedores.

La sociedad ha hecho que estos objetivos sean tan importantes que impactan la manera en que la gente piensa, lo que lleva a la idea de que está bien "destruir" a alguien para obtener una ventaja con el fin de X.

En este caso se trata de ganar dinero, pero el punto es el mismo porque se trata de dejar de lado el elemento interpersonal y decir: "esto es lo que tenemos que hacer y estas cosas (sensibilidades emocionales) no deberían ser un obstáculo para eso".

¿Es una visión típicamente sociopática? Probablemente, pero también es un ejemplo de lo que quiero decir cuando digo que no soy yo quien tiene la desconexión.

Machine Translated by Google

Diana

¿Significa esto que usted cree que es culpa de la víctima si es abusada por un psicópata?

En el programa de televisión “American Greed”, la gente hipotecaba sus casas para invertir en algún proyecto sin valor. ¿Era culpa suya o de quien los tentaba?

Fred

Gramática narrativa; termina como comienza.
El caballero blanco aparece para salvar el día y debe sacrificarse noblemente en nombre de una causa superior. Nadie recuerda nunca todos los asesinatos que comete entre su "llegada para salvar el día" y el gran gesto heroico del final.

Probablemente, porque lo llaman "salvar el día" para salvar sus preciosas conciencias y mantener su estúpido mundo de cuentos de hadas unido.

Si la gente dedicara más tiempo a intentar comprender cómo funcionan las historias en lugar de limitarse a repetir las mismas viejas historias, les resultaría menos difícil encontrarles sentido.

Cualquiera que sea la locura que haya dicho, mi consejo para ella ahora sería el mismo que entonces: bájese del crucifijo y siga adelante con su vida, obtenga ayuda psiquiátrica y, por el amor de Dios, no se reproduzca.

Diana

Tienes razón, escapar de una situación terrible no significa que sea el fin de las situaciones terribles. Lo que sucede muchas veces

Machine Translated by Google

A veces, otra persona con un aspecto diferente ocupa el lugar.

Es por eso que a veces las personas se casan con una persona alcohólica o con un trastorno y se juntan con otra, pero quizás el color del cabello y la profesión sean diferentes.

El paquete básico con todas las cosas de las que creen que pueden escapar es en realidad con lo que al final podrían estar más cómodos.

Fred

Creo que el problema puede ser que la mayoría de la gente quiere acercarse, solo para tener un pequeño contacto, un vistazo rápido. La emoción de pasar la mano entre los barrotes mientras el león está al otro lado del recinto.

Pero la mayoría de la gente tampoco puede dejarlo ir.

No porque sea tan maravillosa, aunque quizá lo sea. No pueden dejarlo ir porque sus estúpidas respuestas emocionales son: “¡Oh, mira, una conexión! ¡Intimidad!”, porque si yo fuera la mayoría de las personas, lo sería.

De la misma manera, me sentiría atraída como una polilla y establecería conexiones que me mantendrían en un mismo lugar. Sin embargo, no lo hago, y entonces es anzuelos-pelusa-rrrrrip porque, ¿qué otra cosa puedo hacer? ¿Llevarte conmigo para siempre? Ellos esperan intimidad.

Cuando la gente pulsa un botón y no obtiene la respuesta que espera, normalmente lo vuelve a pulsar. Y otra vez. Y cuando queda claro que no hay nada que esperar, la máquina se ha comido todo su dinero y usted tiene más sed que nunca.

Machine Translated by Google

Si estás tan triste que matas a alguien, incluido tú mismo

- Entonces eres un idiota. Lo único que estás haciendo es trasladar la tristeza a personas que, tarde o temprano, querrán devolvértela a ti. El problema no desaparece, simplemente se sigue acumulando.

Estás tomando una decisión claramente subóptima porque en lugar de resolver el problema que dices que te preocupa (lo que te hizo estar lo suficientemente triste como para abrir fuego, supongo) estás resolviendo el problema de "Maldita sea, realmente tengo ganas de matar a estos idiotas porque mis emociones me gobiernan y me hacen hacer cosas muy, muy estúpidas".

Pero no tener emociones es una transgresión mayor que el asesinato.

La gente dice que cree que valora a X o a Y, pero no es así. Me valora a mí. Pero si fuera abierta y honesta conmigo misma, tendría diez veces más probabilidades de ser encarcelada injustamente por asesinato que el Capitán Cara Triste, incluso después de haber sido liberada. Después de todo, es un tipo "arreglable". Es preferible un canalla arreglado a un extraño que funciona bien. Más vale malo conocido que el mismo diablo.

¿Es eso? Soy un desconocido y eso significa lo mismo que el diablo. Ya me han llamado así antes. Satanás, un demonio, todo tipo de tonterías infantiles, diseñadas para hacer daño. Para sentirse mejor en comparación. Aquí hay un gran círculo.

Todos los que están dentro son buenos; todos los que están fuera son malos. Todos hacen lo mismo, pero eso es lo que significan las palabras. Similares = bueno, diferentes = malo. Y si

Machine Translated by Google

La tapadera siempre es descubierta, llegan los exorcistas y ya no es Fred.

No tiene crímenes y tiene mucho que aportar, pero es diferente, así que llenémoslo de drogas hasta el punto de que bien podría estar muerto y luego lo encerraremos en una celda para que se pudra.

Es una forma pésima de tratar a cualquiera, pero al menos esperan a ver si la gente normal realmente hace algo malo antes de ser castigados por ello.

Todo este estúpido baile continúa y continúa y continúa. Es de vuestra creación. Todo el mundo se lo creó, se preocupó por él y, cuando ya estaba tan claramente muerto, lo conservaron. Como un museo. No es mi culpa que las exposiciones no sean muy interesantes.

Mírelo de esta manera: si usted sabe que alguien es hipercompetitivo y usted no, ¿por qué competiría con él? Si usted sabe que alguien se siente feliz con la confrontación, pero eso realmente lo molesta a usted, ¿por qué provocaría la confrontación y luego se quejaría de estar molesto?

Si sabes que el león puede arrancarte el brazo de un mordisco en un abrir y cerrar de ojos, ¿por qué pasar el brazo por los barrotes en primer lugar?

Si su barco personal se hunde por su propia estupidez, irracionalidad o codicia, no hay que culpar a la roca contra la que se estrellaron. Es una roca. No puede evitar ser una roca, y no se ha comportado como una roca con ningún grado de malicia.

Puedes evitarlo o abordarlo de una manera adecuada, pero simplemente seguir adelante sin darte cuenta de la

Machine Translated by Google

Los peligros son casi siempre los que la gente se provoca a sí misma.

¿Por qué iba a dejar que una persona evidentemente desagradable se sintiera inadaptada y viva feliz ignorando sus propios y graves defectos? Sería como tirar basura o pasar de largo ante una violación sin intervenir.

Cuando veo algo feo, quiero corregirlo. Cuando veo algo bello, no me agrada quien intente contaminarlo para sus propios fines, intencionalmente o no.

Tal vez eso es lo que soy: parte del sistema inmunológico de la sociedad, una forma de extirpar el tejido podrido, limpiar la herida y dejar que se cure nuevamente en algo más saludable.

¿Quién es el peor hombre: el que realmente se preocupa pero se va haciendo un berrinche mientras su esposa llora en el suelo, o el que se queda, la abraza, la tranquiliza y pasa por TODO junto con ella? Lágrimas calientes sobre un hombro que brinda apoyo.

Cada sollozo desgarrador se agarra y se recoge, resonando en un pecho fuerte. El cabello acariciado; la cabeza sostenida con firmeza por una mano tierna que te lleva a un lugar seguro. ¿No ves la belleza? Porque está ahí. Muchísima.

Es lo que dice: un cuadro de los fuertes protegiendo a los débiles, incluso de ellos mismos.

¿Cómo se siente la tristeza? Salada, caliente y estremecedora. Lastimosa. Desbordante de compasión por uno mismo hasta tal punto que es difícil contenerla. Y sucede en tus brazos; te invade y te

Machine Translated by Google

sanar a la criatura herida y asustada y hacerla sana de nuevo. Más que sana.

Quiero decir, cuando algo se rompe, también es posible hacer algunas mejoras sobre la marcha.

Menos histéricos, menos propensos a iniciar una pelea que están destinados a perder. Toman mejores decisiones.
Más fuerte. Acercándose a pensar con claridad e independencia.

Al menos estoy allí para ayudar a recoger los pedazos. Señor. Sadface no lo es. Está demasiado ocupado estando triste. ¿Me odiarían menos si los mirara como basura, los llamara perras inútiles y me fuera para no volver nunca más? ¡Y mucho menos lo haría!

Mi incapacidad para abandonar a la gente al fracaso y al colapso es sociopática. La gente quiere una perfección irreal. Si no fuera así, yo no existiría.

Diana

Como en todo, donde hay dolor hay dinero. He seguido a un par de grupos que dicen “curar” a niños que tienen estos problemas. En realidad, se trata más bien de robarles el dinero a los padres y cobrarles por decirles que, si siguen sus consejos, todo saldrá bien.

Es como pagar para tener pensamientos delirantes. Es como algunos de esos centros de “tratamiento” del cáncer que se aprovechan de la gente al afirmar que pueden curarla.

Algunas cosas no se pueden curar. En realidad, se trata de aprovechar las necesidades desesperadas.

Machine Translated by Google

El grupo en línea donde leo desde hace bastante tiempo está compuesto principalmente por padres adoptivos y abuelos.

Echan la culpa a los padres por abandonar al niño. No sé qué bien hace eso, culpar a los demás sólo sirve hasta cierto punto.

Fred

Usted describió exactamente lo que dije sobre la necesidad y las mentiras que la gente quiere que le digan. En lugar de enfrentarse al hecho de que no tiene sentido, de que simplemente ocurrió y no cambiará y no hay culpas que asignar, pagan a brujos para que realicen rituales mágicos. ¿Sabes por qué?

No es que sean buenas personas, aunque también pueden serlo. No pagan por el bien de sus hijos, pagan por el suyo propio.

Para que sepan que "hicieron lo correcto" y/o con la esperanza de convencerse a sí mismos, trajeron a casa unas habichuelas mágicas que luego nunca, jamás, intentarán plantar.

Todo el mundo sabe que las habichuelas mágicas dejan de funcionar cuando las plantas. Simplemente se convierten en habichuelas normales. Pero no pasa nada, porque no las han plantado, así que aún tienen el potencial de plantarlas si así lo deciden. Cuando sea el momento adecuado. Lo cual nunca hacen. Porque nunca lo es.

El cristal se rompería y el reflejo se haría astillas.

Machine Translated by Google

Diana

¿Qué le dirías entonces a estas personas que quieren cambiar?

Fred

O vives con miedo y nunca logras nada o aceptas que en cualquier momento un meteorito te puede volar la cabeza sin que puedas hacer nada al respecto.

Si esperas el éxito asegurado, nunca tendrás éxito porque nunca aprovecharás ninguna de las oportunidades inciertas que TODAS las vidas te darán.

Eso es lo mejor que puedes hacer. Acéptalo y vive una vida imperfecta. Cualquier otra cosa es una rabieta porque el mundo no se acomoda a tus caprichos y solo te dejará una vida aún menos perfecta que la que rechazaste.

El problema aquí es que mi reacción instintiva es “no te emociones tanto”, “crece” o “no seas tan estúpido”. Todo consejo se reduce a “toma mejores decisiones”, lo que generalmente se traduce como “aprende a tomar mejores decisiones”.

La mejor manera de lograrlo es dejar de mentirte a ti mismo y aceptar que hay cosas que deseas pero que no puedes tener, ya sea porque son inalcanzables o porque son imaginarias.

En otras palabras, deja de decirte a ti mismo quién te gustaría ser y empieza a hacer cosas para serlo. Si quieres ser rico, encuentra formas de ganar dinero. Si quieres estar informado, aprende cosas.

Machine Translated by Google

Si quieres ser creativo, crea cosas. Todas estas cosas requieren horas y horas de práctica y trabajo. ¿Por qué esperar algo diferente en tu vida personal? Deja de esperar que el Príncipe Azul haga todo el trabajo por ti, para que la relación perfecta caiga en tus manos.

Aborda tus expectativas y sé honesto contigo mismo acerca de por qué a las personas no les agradas de la manera que te gustaría.

¿Quieres agradar o ser tú mismo? Si quieres agradar, entonces, por definición, tendrás que permitir que otras personas dicten cómo, qué y quién eres. Obviamente, creo que solo vale la pena considerar la segunda opción.

Hay miles de millones de personas en este planeta. En algún lugar tiene que haber alguien a quien le guste la persona real, así que es realmente una situación en la que todos ganan. Quiero decir, a mucha gente le gusto, y soy un monstruo sin alma que parece sacado de una pesadilla. Ustedes deberían estar nadando en amigos sin tener que comprometer nada de ustedes mismos.

Diana

¿Realmente te gusta alguien?

Fred

Hay algunas personas cuya compañía puedo tolerar durante largos períodos de tiempo y no deseo perder a ninguna de ellas. Me gusta especialmente cuando las personas muy inteligentes hablan de sí mismas, es mejor que escuchar a la gente común y corriente cualquier día de la semana.

Machine Translated by Google

Considerando que considero la estupidez como algo parecido a un pecado mortal, es importante recordar que es algo sobre lo que sentiré la necesidad de comentar.

¿Para afirmar superioridad? Tal vez. Pero desde mi perspectiva, desprecio muchísimo la estupidez porque es una fealdad intelectual; equivale a un mal en sí mismo.

Se podría decir que me enojo tanto por la estupidez como por la inmoralidad, pero soy dolorosamente consciente de ambas cosas, en un sentido muy literal.

Soy perfeccionista y cuando algo va bien y se ve descarrilado por influencias externas, puedo llegar a frustrarme bastante. Por "influencias externas" me refiero generalmente a la estupidez y la cobardía intelectual de otras personas.

Me enfrento a mis demonios todos los días y me enoja mucho cuando otras personas se niegan a hacer lo mismo.

También me cabrea muchísimo la gente que aparentemente no sabe lo que significa la palabra "compromiso". Compromiso: una promesa que no depende de las acciones de un solo individuo.

La gente usa la palabra como si fueran expertos acreditados, y luego pasan meses moviendo los postes de la meta cada vez más cerca de sí mismos antes de dar siquiera un solo paso hacia la línea del compromiso.

En cada paso, se trata de "¿puedes estar a mitad de camino conmigo en esto?", y solo una persona da un paso tantas veces que, al final, "a mitad de camino" es "estar completamente de acuerdo con mis demandas originales".

Machine Translated by Google

Esa no es forma de llevar una relación respetuosa, y si alguna vez descubro a alguien haciéndolo, suele ser el mismo momento en que las cosas empiezan a complicarse.

Iré a la guerra para enseñarles a no intentar aprovecharse de mí de esa manera, a no intentar pintarme como el malo porque son demasiado estúpidos y egocéntricos como para ceder un ápice o incluso admitir que eso es lo que están haciendo.

Nunca juegues conmigo a la gallina porque si he decidido que no voy a dar marcha atrás, no lo haré. Afrontar un problema de frente y con total compromiso, incluso si eso significa autodestruirme, es algo que parezco estar mucho más dispuesto a hacer que la mayoría de la gente. Pero también lo es dar media vuelta y marcharme sin pensarlo dos veces.

No sé cómo alguien puede mirarse al espejo y considerarse un ser racional si puede decir: "El rollo de papel higiénico está en el soporte al revés", como si hubiera una forma "correcta" de alinear el papel que está a punto de sufrir un final ignominioso, si me permiten el juego de palabras.

Sin embargo, no sólo hay gente que piensa así, sino que nunca se detiene a analizar por qué lo piensa o si sentirse molesto por la alineación "incorrecta" es en lo más mínimo sensato. Si no lo es, no piensan en qué puede causarlo ni cómo se puede abordar.

Esto se debe a que las personas se crean reglas y se aferran a ellas para sentir que hay algún orden y sentido en la existencia. Yo diría que, si analizamos las pruebas con sinceridad, solo puedo concluir que no hay casi nada de eso.

Machine Translated by Google

Las ideas de una persona sobre lo que cree que es importante a menudo están muy, muy severamente desfasadas de lo que sus acciones indican que piensa.

Puedes afirmar que te preocupas por los pobres todo lo que quieras, pero si tus acciones son para recortar su bienestar y pintarlos como gorrones, entonces es bastante obvio que las palabras no significan nada más que "Sé que estos son los ruidos correctos para hacer para obtener aprobación".

Buen perro, toma una galletita. Eso es lo que le pasa a la mayoría de la gente. Realmente lo es.

Detesto profundamente la hipocresía y señalar ejemplos de ello a la gente es algo que considero casi una obligación moral. Vale, vale, y disfruto haciéndolo, a veces mucho. Pero no de forma indiscriminada o solo por autogratificación.

También creo que gran parte de la sociedad es irracional, hipócrita y moralmente ignorante en un grado bastante doloroso, así que con el listón puesto en consecuencia bajo, tal vez incluso pueda pasar por un ser humano decente, no simplemente un ser humano.

Diana

Puedo ver que, en tu opinión, les estás diciendo lo que ellos quieren que digas. Es como cuando alguien pregunta: "Esta falda no me hace ver rellenita, ¿verdad?". Bueno, déjame adivinar cuál es la respuesta a esa pregunta.

Acabas de decirme que pensabas que te veías gorda, y sé lo suficiente sobre las personas como para saber que no debo estar de acuerdo contigo, así que...

Machine Translated by Google

La parte final del “¿en serio?” me da la pista para decir: “Por supuesto que no; te ves genial”.

Fred

La pregunta “¿Esta falda me hace ver gorda?” es un excelente ejemplo práctico. La respuesta varía:

(Temprano, divertido) – Ladeé la cabeza y entrecerré los ojos. “Hmmm… ¡Ya lo sé!”. Esperé a que comenzara a responder y a sonreír de forma juguetona. “No te preocupes; si se convierte en un problema, ¡empezaré a beber mucho!”.

(Temprano, poniéndose serio) – “Cariño, si acaso, haces que la falda se vea más gorda. Quizás necesitemos un equipo de seguridad para esto”.

(Acercándose al final de la fase de torbellino) – “Claro. “También te hace parecer chino”, dijo con total naturalidad, pero con una amplia sonrisa.

(Comienza la rabieta) – “No te veas gorda…” y una mirada inexpresiva. Entonces, justo cuando está a punto de responder, solo un brillo en los ojos.

(El caos sin fin) – “No. Son los pasteles. ¿Qué quieres que te diga?”. Luego, sal de la habitación de una manera que rezuma la sensación de que estás demasiado ocupado como para perder el tiempo uniendo las diversas dependencias y los intentos desesperados de validación de un idiota ingenuo.

Un aparte: estaba hablando con un amigo mío. Como esto es lo que más me preocupa, pensé: “¿Por qué me gusta?”. La respuesta es, creo, que él es lo que se siente al ser una buena persona. No lo es.

Machine Translated by Google

Realmente no le importa tampoco, pero lo hace desde la esquina opuesta a mí.

A él no le importa el hecho de que hay muchísima mierda en el mundo; él simplemente sigue siendo una buena persona porque eso es lo que quiere ver en el espejo.
Me lo ha dicho. Es una visión mucho más inteligente de la que la mayoría de la gente normal jamás consigue.

No puedo decir que entiendo por qué se esfuerza constantemente, pero respeto que haya comprendido cómo son las cosas en realidad. Aunque no se dé cuenta de que lo ha entendido. Sé quien quieres ver en el espejo y nunca mires hacia otro lado.

Es perfectamente posible que sea capaz de mentirme a mí mismo cuando es necesario. Sin embargo, creo firmemente que soy lo suficientemente inteligente y racional como para detectar cualquier inconsistencia evidente y, si este es el caso, es probable que solo sea muy leve.

En parte, es por eso que leer algunos de los relatos de comportamiento en su foro me resultó instructivo. ¿Me suenan ciertos? ¿Sí? Interesante.

Diana

Nunca he tenido un problema de peso y, aunque nunca estaría de acuerdo con que alguien diga que está gordo, a menudo escucho cosas como: estás tan delgado que me enfermas, y luego se ríen.

Supongo que hay algunas cosas que hacen que la gente crea que está bien criticar y tomarlas como una broma. El comportamiento pasivo-agresivo es un rasgo que no me gusta demasiado.

Machine Translated by Google

Fred

El comportamiento pasivo-agresivo tiende a dejarme paralizado.

Es como ser atacado brutalmente por un pez dorado. Los bebés se burlan de ti. ¿Crees que eres inteligente con las palabras? ¿Crees que puedes manipular las normas sociales y las situaciones para salirte con la tuya?

Incluso pensar en ello me frustra. ¡NO! La pequeña sonrisa o la sonrisa alegre es un dibujo en la nevera. Se permite que exista allí y solo allí. No está allí porque hayas actuado bien; está allí porque la tolero por conveniencia.

Es mejor que tener que sacarte de una implosión emocional incoherente. Y es mucho más digno para ti también.

Pero la agresión pasiva es una señal de alerta muy grande que me dicen: “Muéstrame cómo se hace realmente”, pero no siempre se trata de una actitud pasiva.

Si bajo por las mañanas con resaca y me preguntas alegremente cómo me va el día (porque llegué a las 5 de la mañana empapado, helado de frío y escandalosamente borracho, murmurando inocentes palabras confusas mientras tú te ibas al suelo a pasar el resto de la noche), la respuesta a eso está a punto de convertirse en "vengativamente". ¿Agresión pasiva? Pfft. "Tan bien como el sumidero de dinero que llamas terapia".

“He ido cuesta abajo desde que descubrí que no moriste durante la noche”. Te miran fijamente con incredulidad y luego te dejan solo para que te eches una siesta. No tienen ningún encanto. No se pueden interpretar como una broma. Y te roen el cerebro.

Machine Translated by Google

Son solo comentarios aislados (como puedes imaginar, no fomentan una atmósfera de conversación) a los que ninguna persona normal tiene una respuesta. ¿Qué, esperas que mi familia muera? ¡No vas a decir eso! Está claro que no me va a importar una mierda, incluso si a ti te importa, así que lo único que conseguirías es odiarte más a ti mismo por cruzar esa línea.

Así que ahí se queda, como un corte de papel en tu día. Por la noche, estarás furioso. Furioso. Demasiada ira para que sepas qué hacer con ella, lo que generalmente significa que lo que terminas haciendo es llorar.

Como si fuera una especie de paso proactivo para mejorar tu situación. ¡Qué orgulloso me siento! ¡Qué impresionado estoy por tu independencia! Seguro que eso hará que deje de ser un idiota.

O puede que sea un humor amistoso, del tipo "la vida es sombría para todos nosotros", como si no me hubiera dado cuenta del tono. Después de todo, si sabes que es probable que te acusen de infertilidad y te den sermones sobre las consecuencias de ello para el futuro de los niños no nacidos en general, no vas a decir nada en primer lugar.

Pero lo hacen y se ponen cada vez más agitados, cada vez más torpemente sarcásticos y finalmente empiezan a tener hipo, en un intento de no romper a sollozar o agarrar algo pesado y tratar de hundir mi cabeza como Bambi con crack.

El pecho se sacude, la voz se tambalea; las lágrimas comienzan y se detienen; se abanican con las manos y luego, generalmente mientras intentan pasar a hacer alguna diligencia teatral u otra, se hunden lentamente hasta la superficie plana más cercana y simplemente se desmayan.

Machine Translated by Google

Esto podría ser un asiento, pero también podría ser simplemente el medio del piso de la cocina.

En realidad, hay algo fascinante en ello. Una especie de gravedad que surge de la intensidad de la experiencia. Y… no es protección, sino… ¿posesividad?

Paternidad literaria.

Quieren una vida hermosa. Siempre quieren una vida hermosa. Pero no se puede hacer una tortilla sin romper huevos.

¿Quieres la historia de tus sueños o no? Entonces déjame escribirla y deja de quejarte de la ambientación y el desarrollo de los personajes. Nunca, jamás, de la gratitud.

Recuerde que esto puede suceder sin que yo haga nada. De hecho, es más probable que suceda cuanto menos aporte. He sido lo que siempre se espera de alguien con quien no estás de acuerdo: calma, razonable y pensando en soluciones.

Creo que de esto se puede deducir con seguridad que es justo decir que tampoco me gusta el comportamiento pasivo-agresivo.

Diana
¿Cómo podrías tener una relación real?
con cualquiera, con esta actitud hacia
¿otras personas?

Fred
Quiero una relación. Sé que me dirás que no debería tenerla. Sé que, en términos generales, en términos sociales, tienes razón. Pero aun así la quiero. Sé que causará daño, por mucho que lo intente.

Machine Translated by Google

¿Vivo sin amor? ¿Me desperdicio y trato de ser una buena persona de todas las maneras que considero estúpidas y débiles? Otras personas pueden decirte que no se sienten solas. Eso es mentira.

Puedo ignorar a mis mejores amigos durante una década y luego justificarlo. Es fácil. Siendo yo, sola, sabiendo que cualquier conexión siempre será una mentira, ¿qué puedo hacer?

¿Es la realidad que si amo, me aniquilaré? ¿Puedo hacer lo primero sin lo segundo? ¿Prefiero lo segundo a lo primero y me he estado mintiendo a mí mismo todos estos años?

No estoy discutiendo, simplemente estoy explicando y expresando mi frustración por no poder transmitir adecuadamente lo que quiero decir. Como dije, es bastante común. Eso solo hace que sea más frustrante, en lugar de menos. Tal vez sea por eso que me siento más cómodo expresándome cuando utilizo un enfoque más poético y metafórico.

La triste realidad es probablemente más bien que muy pocas personas, si es que hay alguna, entenderán lo que intento decir. No porque sea más inteligente, sino simplemente porque hay una desconexión terminal entre mi experiencia del mundo y su propia experiencia del mismo.

Tal vez mi enojo sea solo tristeza contenida bajo presiones extremas. Frustración por la decepción de que una vez más se me niegue la profundidad de comunicación y conexión que anhelo inconscientemente.

¡Ay, pobrecita de mí! ¡Qué incomprendida soy! La autoconciencia es una herramienta tan peligrosa como poderosa.

Machine Translated by Google

1. Ciertamente no trae felicidad, aunque tampoco crea infelicidad.

Una bombilla rota no oscurece una habitación, simplemente no aporta iluminación. Nos tacemus 20.

Diana

¿Alguna vez necesitas la ayuda de otra persona?

Fred

La mayoría de la gente no me ayudaría. Ninguna. Reparto consejos como si fueran panfletos y me aprovecho de ellos, simplemente porque soy más capaz.
Esto es una condenación, aunque en realidad nunca he hecho daño a nadie.

Bueno, tal vez tuve un par de peleas cuando era joven y no me daba cuenta de lo frágiles que son los cuerpos. Sin embargo, no hay nada peor que un hueso roto de vez en cuando y eso que fue cuando era muy joven.

La violencia atrae la atención y hace que las partes divertidas de la vida sean más difíciles de afrontar. Sin embargo, por lo demás, no robo, no soy violento... nada "grave".

Dejo tras de mí un rastro de destrucción emocional, en su mayoría por accidente. Sin embargo, es una condenación. Incluso si nunca hubiera provocado ni una lágrima, el hecho de que pudiera hacerlo es razón suficiente para expulsarme. Y así fue.

Mire cómo funcionó. La sociedad castigó inconscientemente un delito de pensamiento. ¿Podría ser más...

20Esto significa: “Estamos en silencio”. Está tomado de un antiguo poema latino sobre el ruiseñor, en el que el último verso es “illa cantat; nos tacemus; quando ver venit meum?” [Ella canta; estamos en silencio; ¿cuándo llegará mi primavera?]

Machine Translated by Google

¿La socialización me ha "curado"? Es dudoso, pero supongo que es posible. Aunque no debe haberme hecho daño.

El problema, creo, es que a la gente normal le resultaría muy difícil recuperarse de ser expulsada.
Lo ven como un castigo y al mismo tiempo como un confinamiento.

Lo vi más como una visión objetiva de cómo funcionaban realmente las cosas (en contraposición a cómo la gente había descrito que funcionaban) y dónde estaban todas las puertas desbloqueadas y las ventanas abiertas.

Sin embargo, si la elección es la condenación o la clase de locura insensata que la mayoría de la gente llama vida, creo que probablemente he obtenido la mejor parte del trato. Por supuesto.

Al leerlo de nuevo, me doy cuenta de que tal vez por eso la gente lo odia tanto. Sus decisiones son mis decisiones. No les quito la libertad, sino que la muestro tal como es: un espectáculo de marionetas. Muestro lo similares que somos, si te quitas el maquillaje y te cambias el vestuario. Soy un reflejo de ti.

Eres un reflejo de todo lo que has visto, oído o pensado. Es un embrollo que te aclaro para que puedas ver tu verdadero yo.
Alternativamente, el tú que quieres que sea real.

Sostengo tu mano mientras las capas se van pelando, y ves cuán pocas opciones hay para cualquiera de nosotros.
Que no hay profundidad para nadie, solo confusión.
Patrones fugaces en el caos.

Y a veces estoy tan absorto en el acto que ni siquiera me doy cuenta de que lo estoy haciendo.

Machine Translated by Google

Estoy bastante cabreado por haber pasado gran parte de mi vida intentando ser bueno y nunca entender bien por qué no me va bien. Es porque lo que quiero decir con "arreglar" rara vez es lo que la otra persona quiere decir con eso.

Supongo que de ahí el intento actual de autodescubrimiento.
¿Es siquiera posible? Si lo es, ¿merece la pena?
Sólo hay una manera de averiguarlo.

Creo que puedo entender mejor por qué los acontecimientos pasados han molestado a otros, al comprender mi comportamiento bajo esta luz. Pero ¿soy sólo una alegre bola de demolición? ¿Soy incapaz de resistir las tentaciones que me ofrecen las personas?

Si soy sincero conmigo mismo, creo que probablemente todavía se trate de control, de poder, de juegos. Pero quizás de juegos más expertos, más sutiles y sintéticos, más sostenibles y con menos riesgos.

Ecopsicopatía, por así decirlo. Tal vez sea una cuestión generacional, pero hay muchos argumentos muy racionales que defienden que llevar una vida sostenible es ventajoso.

No agote los recursos, sino equilibre la carga. Me interesan los sistemas y las interacciones. Cuanto más complejo sea el sistema, cuanto más refinada sea la interacción, más elegante será el logro.
Déjame traducirte esto: cuanto más gloriosa sea la victoria.

Diana

Usted ha dicho que algunas mujeres se sienten atraídas por psicópatas. ¿Por qué cree que algunas mujeres que han sido víctimas de un psicópata acaban casándose con alguien igual que él?

Machine Translated by Google

Fred

Creo que todos tenemos la necesidad de encontrar algo que nos complete. En un mundo en constante cambio, desde una perspectiva dinámica, creemos que existe una solución duradera.

Tal vez la única diferencia es que cuando las soluciones a corto plazo dejan de funcionar, soy más libre de seguir adelante porque nunca esperé que duraran. Una vez que se agota lo bueno de la situación, paso a una nueva.

No pasas todo el tiempo añorando una comida en particular, ¿verdad? No escuchas una canción o un álbum una y otra vez.

Lo que la mayoría de la gente hace con sus relaciones es comer cada vez más despacio a medida que disminuye la cantidad de comida en su plato. Luego lloran cuando lo único que les queda son brotes y cartílagos, porque nunca volverán a disfrutar de otra comida. Sí, lo harán. Madura.

¿Hacer el amor? Una frase fatua, pero que rezuma el tipo de implicaciones melosas que no se conectan con nada real. Son solo palabras para que "follar" suene menos a lo que es, menos animal.

La sociedad ha llevado a la gente a una especie de estado de vergüenza puritana. El sexo es divertido y potencialmente barato.

El mundo no suele ser divertido y es muy caro. No entiendo por qué la gente no lo trata más como el alcohol o la comida. Están programados para ser mojigatos.

Lo que hacen esas personas –las casadas– no es simplemente buscar a alguien similar, sino que prueban todo de nuevo desde cero, volviendo a estar con su ex tal como era cuando empezaron a salir.

Machine Translated by Google

Después de una relación larga y traumática y de una ruptura, qué mejor que alguien joven, encantador, apasionado y divertido. Porque, querida, ese fue exactamente el mismo razonamiento que te llevó a esa relación en primer lugar.

Lo que el león no consumió, lo tomarán las hienas.

Por eso la gente se agrupa, ¿no? La seguridad está en los números, hay que mantenerse en el centro y no disminuir la velocidad. Evolucionamos de esa manera, como especie. No como los bisontes o los peces, pero en cierta medida. Manadas, no manadas. El mismo principio, pero aplicado a los depredadores, que tienen más fuerza por miembro.

Si me están atacando y sé que tengo un lobo aliado entre la amenaza y yo, puedo considerar que ya me he ocupado de ella. Sin embargo, no me sentiría igual si me separara de ella un solo pez.

Y así, la manada sigue corriendo. Pero ¿por qué? Ya no tenemos depredadores naturales. ¿Estamos esperando a que la evolución nos dé el visto bueno para parar? No. La verdad es que corremos.

Corres por gente como yo. En algún momento, partes de la manada comenzaron a atacarse entre sí.
¿Qué mayor ventaja evolutiva que parecerse a tu presa y estar protegido por ella? ¡Qué tontería!

La verdad es que la gente corre porque corre. Yo no tengo nada que ver con eso, simplemente me inmiscuyo en ese tipo de historias y asumo una posición importante.

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

CAPÍTULO SEIS

Los psicópatas y el trabajo

Aquellos que temen lo que no deben temer, y
que no temen lo que deberían temer…
ir por el camino descendente
—El Dhammapada, El camino de la perfección

Diana

¿Qué tipo de trabajo haces? ¿Te considerarías exitoso?

Steve

Soy muchas cosas en el ámbito laboral: cocinero, chofer, encargado de mantenimiento, pintor, operador de mina, jardinero, obrero, herrero. Suelo aburrirme de los trabajos, al igual que mis compañeros, pero suelo tener éxito en todo lo que hago.

Tengo un enfoque del que carece la mayoría y lo utilizo para aprender todo lo que pueda sobre mi tarea, siempre y cuando haya dinero. No trabajo gratis.

Diana

En una declaración anterior que usted hizo cuando le pregunté si prefería el término psicópata o sociópata, usted dijo que no prefería ningún término porque el estigma sería perjudicial para sus objetivos.

¿Cuáles son tus objetivos? ¿Encajar mejor en la sociedad? ¿O cómo los describirías?
Sin ser específico, ¿está usted más en el lado de los empleados de cuello blanco de los negocios y

Machine Translated by Google

¿Tiene éxito en términos de ganancias financieras y posición o hay cosas que se interponen en su camino?

Factura

Mis objetivos son simples. Quiero todo lo que pueda conseguir. Actualmente, lo que más éxito me está dando es ascender en mi puesto de trabajo actual. Trabajo para una agencia gubernamental.

Ascender en esta agencia gubernamental me permite alcanzar un estatus social más alto, mayores ingresos y una imagen más pública, lo que a su vez aumenta mi credibilidad.

Diana

Nuestras estructuras corporativas parecen estar a menudo dirigidas por psicópatas. ¿Quién está mejor capacitado para extraer beneficios exorbitantes? Dejan que los accionistas codiciosos se escondan detrás de ellos ignorando sus métodos depravados.

Fred

Lo que usted dice sobre las estructuras corporativas es cierto. No sólo esos, sino creo que el capitalismo en general. La estructura te obliga a elegir tus acciones entre una conjunto limitado

El dinero te permite distanciarte de las consecuencias. Yo jugaba al rugby. Está bien lanzarse sobre alguien y derribarlo al suelo en el campo de rugby. Está bien apuñalar a alguien por la espalda en la sala de juntas.

Sin embargo, ahora la sala de juntas está en todas partes y la máscara de la civilización se está cayendo de la mano de la gente normal. ¿Por qué? Porque finalmente han comenzado a darse cuenta.

Machine Translated by Google

De lo que realmente tienen miedo: de ellos mismos. ¿Qué hay dentro?

Los impulsos, los deseos, los pensamientos "malos", los monólogos privados y los delirios de amor, riquezas y... No puedo evitar sonreír. Debería haber una tercera cosa, ¿no?

Sé de amor, porque a la mayoría de la gente no hay nada que le guste más que exponer extensamente sus imaginaciones sobre él. Sé de riquezas, porque no vivo en lo profundo del vacío entre las estrellas y estoy en posesión de sentidos.

¿Qué es lo que no sé, Dianne? ¿Puedes decírmelo? ¿Hay una tercera cosa? Si la hay, creo que es una mentira similar a la primera. Hay poder sobre tu ambiente.

La gente le da diferentes nombres según el área de la vida en la que lo ejercitan o de qué fuente lo extraen, pero eso es todo.

Diana

¿Crees que la estructura corporativa acepta a los psicópatas? Parece que cumplen un papel en el que otros podrían no sentirse cómodos.

Fred

Sí, la estructura corporativa permite y parece alentar a la gente psicópata en sus filas. No me refiero sólo a que recompensa el comportamiento psicópata, aunque también lo hace.

Quiero decir que la sociedad se está reprogramando para parecerse más a mí. De hecho, creo que se está reprogramando para ser algo mucho peor que yo.

Machine Translated by Google

He probado esto y sé que es verdad, pero piénsalo bien porque te puede mostrar el futuro: si te pones a llorar en el trabajo, la gente se preocupará de que los vayas a demandar y les vayas a costar mucho dinero.

Serás tratado con sospecha. Si explotas de ira y asco, la gente te dará mucho dinero para que no los demandes. Serás tratado con respeto. ¿Por qué? La gente enojada pelea.

La gente que está llorando ni siquiera te impedirá que les saques dinero de los bolsillos, si los molestas lo suficiente.

Son solo negocios, nada personal. Ya sabes cómo es esto.

Diana

Por lo que tengo entendido, la principal diferencia entre nosotros es la falta de conciencia; yo lo llamo la cosa que mantiene a la gente despierta por las noches.

Por ejemplo, si yo trabajara en una empresa y me dijeran que tendría que deshacerme de mucha gente, sabiendo que tenían hijos y familiares que dependían de ellos, esto me causaría mucho estrés.

Para mí sería muy difícil o incluso imposible hacerlo. Sin embargo, por lo que entiendo al observar cómo operan algunos psicópatas corporativos, pueden hacer las mismas tareas y no tener ningún problema con ello.

Machine Translated by Google

Fred

Los negocios son un comportamiento sociopático tomado de la carne de vacuno y colocado en grandes templos de piedra y cristal.
Las empresas son una iglesia para la sociopatía.

Eso es todo lo que es una iglesia: la encarnación y la búsqueda incuestionable de un conjunto determinado de valores. En trabajos anteriores, he tenido peleas terribles con gerentes por sus decisiones estúpidas sobre cualquier tema, solo para ir a tomar algo con ellos esa noche.

Una persona le dice a otra que no está recibiendo el dinero por el que trabajó debido a razones comerciales y luego ambos continúan charlando sobre lo increíblemente increíble que creen que es Breaking Bad o lo que suena en la radio.

¿Entiendes lo que quiero decir cuando digo que me siento un poco aislado en todo esto? Todo el mundo hace esto todo el día, todos los días.

África se muere de hambre, Asia es una especie de orgía no consensuada y el euro termina el día con un alza de 1,4 puntos frente al dólar.

A veces hago llorar a la gente un poco más de lo que lo haría otra persona. Ni siquiera
Porque los molesto más, simplemente porque no pueden seguir el hilo para darle sentido a todo. O, ya sabes, simplemente dejarlo pasar y seguir adelante.

Diana

Si el mundo de los negocios es una iglesia, ¿a qué adora?
¿Al dinero?

Machine Translated by Google

Fred

Los negocios rinden culto al concepto de consolidar la fuerza y castigan el sentimentalismo. La religión rinde culto al dios -que en realidad no es más que crear un trocito de ti mismo que refleje tus esperanzas y calme tus angustias- y castiga el desánimo.

Es un poco raro elegir una segunda parte, pero de todos modos todo el edificio de la religión es bastante incoherente, así que tal vez eso era de esperarse.

Supongo que pertenezco a una pequeña minoría de personas que no creen que ninguno de estos sistemas de creencias sea "verdadero". Sin embargo, ¿por qué me critican? Por hacer negocios.

Nadie cree en un dios que no quiera que cambiemos en formas que ya creemos que debemos cambiar nosotros mismos. ¿No es una coincidencia?

Me pregunto si dejar una religión duele tanto como dejar a un sociópata.

Diana

¿Cómo te llevas con otras personas en el trabajo?

Factura

Es un equilibrio delicado. Para ascender hay que tomar ciertas medidas. Algunas personas se interpusieron en el camino. Tenían que irse, pero no podía haber ninguna sospecha de que yo las había eliminado. Así que manipulé a quienes me rodeaban para que se encargaran de eso por mí.

Diana

¿Utiliza alguna técnica de gaslighting para controlar a las personas en el trabajo?

Machine Translated by Google

Fred

Como en realidad no me importa nada el trabajo, el concepto de negocio me resulta bastante desagradable y no me importa en absoluto si una empresa determinada se incendia de la noche a la mañana.

Probablemente nunca he sentido la necesidad de involucrarme en ese tipo de cosas en ese entorno. Además, ¿quién quiere trabajar con gente confundida, inestable, asustada y enojada todo el día? Lo vería como contraproducente para mi ya limitada tolerancia al trabajo en primer lugar.

Dicho esto, cada vez que termino en una disputa con una empresa (de servicios públicos, de telefonía, municipal, de toda la India, lo que sea, intentaré resolverla yo solo si estoy lo suficientemente enojado), mi enfoque puede muy bien ser visto como una manipulación psicológica como si fuera a pasar de moda.

Haré que las empresas se entrometan, moveré los postes de la portería y, en general, intentaré forzar un error y hacer que perseguirme sea una pesadilla tal que preferirían perder todo el dinero que quieran.

Este es un tipo de fondo constante en mi vida y lo disfruto mucho.

También soy bastante conocido por ello entre amigos y colegas, y algunos de mis correos electrónicos circulan con gran éxito.

Puede variar desde tonterías totales para confundirlos, amenazas histriónicas de suicidio, posturas legales intencionadamente vagas... cualquier cosa que se me ocurra y lo que me apetezca en ese momento, básicamente.

Machine Translated by Google

El punto es que si les haces decir suficientes cosas, una de esas cosas va a ser algo incorrecto y tendrán que dar marcha atrás o ser llevados a los tribunales.

Acepto gustosamente las disputas de otras personas solo por el placer de resolverlas con poco esfuerzo pero con mucho estilo. Básicamente, soy una organización benéfica unipersonal, pensándolo bien.

Factura

Recientemente, un empleado tuvo el descaro de enfrentarse a mí. Esto ocurrió en una zona semipública de la oficina. Los testigos estaban lo suficientemente cerca como para saber que algo estaba sucediendo, pero no lo suficientemente cerca como para poder escuchar cada palabra.

Sabía que este empleado iba a llevar esto más allá y que la verdad podría dañar gravemente mi éxito a largo plazo en la agencia.

Instintivamente, comencé a provocar a esta empleada para aumentar su enojo, ya que sabía que ella era propensa a levantar la voz y parecer agresiva.

Una vez que ella empezó a levantar la voz, ante mi provocación, la despedí.

Al ser una agencia gubernamental, tenemos un sindicato y, por lo tanto, exigimos una audiencia después del despido para garantizar que haya una causa justa. Sabiendo esto, comencé a "armar las reglas".

Hablé con varios empleados clave que estaban presentes durante el intercambio. Cuando hablé con ellos, estaba seguro de que no había sacado a relucir directamente el tema de la discusión, sino que había "guiado" suavemente la conversación.

Machine Translated by Google

En esa dirección. Cuando lo mencionan, intercalo componentes clave de la historia que no tenían.

Yo proporcionaría información como: ella insultaba, amenazaba y no tenía ninguna base para sus preocupaciones.
Cuando terminé, los testigos creyeron que realmente habían visto la historia que les proporcioné.

Me dieron relatos de primera mano de la realidad creada que les proporcioné.

Además, durante la entrevista me aseguré de incluir esa realidad creada en mi declaración. También utilicé la verdad a mi favor. Al proporcionar hechos reales, en un orden cronológico ligeramente diferente, mi historia era creíble.

Cuando recibieron la declaración de la empleada despedida, los hechos que ella proporcionó coincidían con los míos, pero aparecían en un orden diferente al mío.

Esto le dio credibilidad a mi declaración, ya que en esencia los hechos eran los mismos. Como los testigos colaboraron con mi versión de los hechos, se determinó que la empleada intencionalmente no revelaba sus amenazas y sus insultos.

La rescisión fue confirmada.

Los más difíciles de manejar son los que yo llamo los "amables". Son aquellos que quieren que todos se lleven bien, sacrifican algo que desean para mantener la paz, buscan la opción que sea mutuamente aceptable.

Estos tipos son muy fáciles de convencer de cualquier cosa.

Machine Translated by Google

Uno pensaría que esto sería pan comido, ¿verdad?
De ninguna manera. Puedo convencerlos de lo que quiero que crean y mañana alguien más los habrá convencido de otra cosa.

Necesitan atención constante. Constante
seguridades.

También sienten una gran culpa cuando toman decisiones más difíciles, como despedir a un empleado, lo que requiere más trabajo de mi parte y, una vez convencidos, tengo que asegurarme de que no cambien de opinión antes de que se complete el proceso. Normalmente los evito, lo considero una inversión.

¿Qué retorno obtendré por mi tiempo? Si puedo obtener el mismo retorno, con otra persona, por menos tiempo invertido, elegiré a otra persona.
Desafortunadamente, esto rara vez es una opción.

Si sólo hay una persona en la posición sobre la que necesito influir, entonces no tengo otra opción.
La mayoría de las cosas que escucha sobre mí son sobre personas a las que he pisoteado o enojado recientemente.

Es algo que ocurre con frecuencia cuando hago enojar a alguien. Por suerte, tengo la capacidad de revertir esta situación y hacer que parezca que está enojado porque le señalé sus errores.
Esto crea enemigos de vez en cuando, con los que hay que lidiar.

Tengo una persona especial que me informa y está ciegamente de mi lado. Cuando escucha a alguien decir algo negativo, se asegura de que yo esté al tanto. También me explica mi versión de los hechos. Es un sistema de defensa automático.

Machine Translated by Google

Sin embargo, lo más eficaz es que me diga lo que dicen los empleados sobre mis cambios de política. Esto me da la posibilidad de evitar conflictos complicados con el sindicato al inclinar la balanza a mi favor desde el principio.

También ayuda a convencerles de que mis ideas son realmente mejores para ellos.

Diana

Cuando hablamos de relaciones, describiste el gaslighting como una técnica de reflejo.

No estoy tan seguro de que el gaslighting sea realmente un reflejo en el sentido de que ¿quién le pediría a alguien que lo ayude a sentirse enojado, confundido y con todos los sentimientos que surgen de una persona que está siendo sometida a gaslighting?

Tu comentario sobre por qué no haces esto en el trabajo fue lo que me conmovió.

Supongo que no querría estar cerca de gente en el trabajo en ese estado, pero estar en una relación con alguien en ese estado es tan extraño para mí que me resulta difícil de comprender.

No puedo imaginarme en ningún nivel hacerle eso a nadie.

¿Podrías explicar con más detalle este comentario?: “Creo que sería justo decir que tengo un odio constante por las imperfecciones evitables. Quizás también los inevitables”.

Machine Translated by Google

Fred

Por los comentarios que hice sobre el trabajo y tu respuesta respecto a las relaciones, eso es interesante.
¿Tal vez yo vea el comportamiento de las personas en esa esfera como irracional y caótico de todos modos, tal vez de la misma manera que ellos ven el mío en otras áreas?

No podría decirlo, así que solo intento encajar y seguirle la corriente. No disfruto haciendo sufrir a la gente, bueno... muy raramente.

Sería una mentira muy grande decir que nunca lo hago, pero realmente es muy, muy ocasional que lo haga, aunque tampoco me gusta que se causen sufrimiento.

Y no solo porque, por definición e implicación, eso significa que me están causando sufrimiento, por lo que a veces es necesario hacer ajustes para ayudarlos.

Realmente tengo muy buenas intenciones el 99% del tiempo y no soy tan podrido hasta la médula el otro 1%.

Diana

¿Eres bueno en lo que haces en el trabajo?

Factura

Hace unos años, cuando era un empleado de bajo nivel que se acercaba a la edad de ascender a supervisor, fue cuando comencé una manipulación a gran escala. Todos los puestos de supervisión estaban cubiertos y no había muchas perspectivas de que hubiera una vacante en el futuro cercano.

Como podéis imaginar, para mí esto no era aceptable y había que hacer algo.

Por pura casualidad, una supervisora con la que ya había desarrollado un "vínculo" quedó embarazada.

Machine Translated by Google

Inmediatamente vi esto como una oportunidad. Me enteré de su embarazo por otros canales y ella no sabía que yo lo sabía. Le expresé mi deseo de ascender, de demostrar que era un gran empleado y quería asumir más responsabilidades. También comencé a decirle que estaba pensando en tener hijos.

Expresé mi preocupación por las horas que tendría que trabajar y que realmente quería estar disponible para mis hijos. Cité una investigación, que me había inventado por completo, según la cual los niños cuyos padres trabajan sólo a tiempo parcial se adaptan mucho mejor como adultos.

Necesitan ese contacto constante con un padre.
Qué difícil debe ser criar a un niño con dos padres que trabajan a tiempo completo y que se dedican a su carrera. Le expliqué que, al final, para mí era bueno que no hubiera ningún puesto vacante en este momento porque me daba tiempo para desarrollarme y centrarme en mi familia.

Yo planté la semilla. Sabía que ahora ella estaba pensando en su propio hijo y en lo que sería mejor para su familia. Sabía que se preguntaba si podría ser una buena madre y trabajar a tiempo completo.

También sabía que yo sería un buen sustituto en el que confiar si decidía irse, ya que, según sus conocimientos, yo aún no quería el puesto. Por lo que pude deducir, pensó que podía confiar en mi consejo, ya que mi único motivo era su bienestar.

Hice algunas manipulaciones adicionales con la gerencia y el sindicato para plantar la semilla y crear un puesto de tiempo parcial. Una vez que este nuevo "asistente" de tiempo parcial

Machine Translated by Google

Se abrió un puesto de "supervisor" y mi supervisor objetivo aprovechó la oportunidad.

Por supuesto, pasó de supervisora a supervisora asistente y ahora era empleada a tiempo parcial. Esto creó la vacante que necesitaba.

Desde entonces se ha arrepentido de su decisión, pero como yo he ocupado el puesto, no puede volver. Ahora trabaja para mí y tiene un segundo empleo a tiempo parcial.

Fred

Dame un sistema complejo (una economía dada, por ejemplo) y la forma en que la empresa lo maneja. Luego lo analizo un poco, encuentro todos los fallos que los demás no habían visto porque no sabían cómo buscar, lo repito y lo repito. Descubrí que un equipo entero tenía exactamente cero impacto en las cifras, por ejemplo.

Conectar conjuntos de números de maneras que nadie había pensado. Encontrar las relaciones que nadie se molestó en buscar porque encontraron la primera y se conformaron con ella. Presionar los botones.

Descubrir cuáles hacen cosas y cuáles no están conectados, desperdiciando espacio de control.

Actualmente estoy lejos de mi último trabajo y no quiero volver a tenerlo, sobre todo porque reconozco que una de las personas que están por encima de mí en la empresa es demasiado parecida a mí y puede permitirse contratar buenos abogados.

De todas formas ya era hora de seguir adelante, pero al irme ahora tendré un poco de tiempo libre con sueldo completo y un montón de dinero para no volver.

Machine Translated by Google

Cometieron un error y lo saben, pero si lo presiono se va a generar una pelea que realmente no quiero en este momento.

Pero tengo un montón de mierda sobre él, así que en un año o dos los reguladores de la industria van a estar muy ocupados. Es una pena, porque no hay muchos lugares en los que paguen bien a la gente para que básicamente les creen problemas.

Diana

Entonces, a usted le pagan por quedarse en casa; eso está bien, pero tal vez lo que hizo que le pagaran por quedarse en casa sea otro asunto en sí mismo.

No entiendo la idea de que te quedes deprimido en casa, retorciéndose las manos y preocupado por recuperar tu trabajo.

Fred

¿Por qué me quedaría deprimido en casa porque me pagan por no trabajar? Sería más probable que me quedara deprimido en casa porque tengo que ir a trabajar para que me paguen.
Lo cual suelo hacer, para ser justos. El trabajo puede ser divertido.

Desde entonces, me mudé al otro lado del país (por la relación con la chica a la que ahora desprecio) y finalmente conseguí un trabajo decente. Había estado allí tres años y medio.

Durante ese tiempo, tuve un par de relaciones fallidas (ambas con buenos amigos), un susto de cáncer (que tuve que guardar para mí); mis padres se separaron.

Mi padre sufrió un derrame cerebral y mi empresa empezó a tener problemas. No financieros, sino estructurales. Tuve que mudarme a un lugar 50% más caro.

Machine Translated by Google

caro (creo que me he mudado 12 veces en los últimos 10 años y casi ninguna de ellas por elección propia) y mi capacidad de ingresos se vio afectada.

El estrés empezó a acumularse y las cosas fueron empeorando cada vez más. A finales de octubre y principios de noviembre, estuve dos semanas sin trabajo por estrés. Cuando volví, me trataron como a un criminal y me prometieron muchas cosas para resolver la situación, pero ninguna se materializó.

Hoy llegué a un acuerdo de conciliación. Me iré con unos 10.000 dólares y una buena referencia, en buenos términos con la empresa. La alternativa era que intentaran despedirme por mala conducta grave por gritarle a mi gerente que no se necesita un año para solucionar un problema menor.

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

CAPÍTULO SIETE

Ojos

"El alma, afortunadamente, tiene un intérprete –
A menudo inconsciente pero fiel.
intérprete - en el ojo."
—Charlotte Brontë, Jane Eyre

Diana

¿Alguien ha comentado sobre tus ojos y, de ser así, cuáles fueron algunos de los comentarios?
Por lo que tengo entendido y lo que he observado, cuando se quita la máscara, los ojos cambian.

Es algo que una vez que lo ves, nunca lo olvidas, es como mirar dentro de un pozo negro aterrador y tener la sensación de que el mal acecha.

Algunos piensan que el color de los ojos cambia, pero lo que realmente ocurre es que las pupilas se agrandan y se vuelven negras. Dices que no sucede a menudo. ¿Tienes ejemplos de los tipos de cosas o eventos que han hecho que tus ojos cambien?

Steve

Mis ojos cambian de color de verde a azul a gris.
Se vuelven grises cuando estoy enojado con alguien, y hay personas que me dicen que soy terriblemente aterrador cuando estoy enojado, y los miro como un robot que quiere matarlos.

Machine Translated by Google

Fred

No sé si los ojos son negros, al menos en mi caso, ya que no suelo enojarme frente al espejo. Tal vez debería organizar algunas discusiones frente a uno para comprobarlo. Si la gente dice que ve negro, solo puedo especular que se debe a que es un color que asocian con el miedo o el vacío.

Lo que estás viendo no es negro, sino emoción. O el hueco donde debería estar. No lo sé, porque no sé si vemos a las personas de la misma manera.

Me gusta pensar que entiendo bien estas cosas, pero nadie ha demostrado nada con un único dato, así que podría estar equivocado. Parece que cuando ocurre (es decir, cuando el brillo de los ojos) se nota.

Tengo una buena mirada. Tal vez porque soy más bien un caso marginal. No entiendo lo de los pozos negros. Tal vez no sea lo que soy en absoluto.

O quizás estoy muerto por dentro, pero hay una especie de fantasma de quién habría sido, con qué debería haberme conectado, donde todo se conecta. No veo que importe, pero podría ser interesante saberlo.

Diana

¿La gente te dice que ve enojo en tus ojos? ¿O que los ojos no se conectan con tu sonrisa?

Fred

Cuando estoy enojada, mis ojos son muy fieros, me han dicho. Obviamente, porque estoy enojada. Pero más allá de eso, aparentemente se iluminan. Puedo dar una buena

Machine Translated by Google

y a menudo me elogiaban por mis monólogos cuando todavía estaba involucrado en el teatro, generalmente con el argumento de que "el sentimiento emanaba de ti" y "lo decías con los ojos".

Nunca nadie me ha comentado que mi sonrisa no combina con mis ojos. Supongo que, de todos modos, no es algo que alguien me diría a la cara, así que tal vez eso no nos diga mucho.

Sin embargo, soy muy buena en el mantenimiento de mi mascarilla. Puedo olvidarme de ella durante días y dejarla bien colocada. Sólo algo verdaderamente inesperado y repentino puede hacer que se tambalee. Y, por supuesto, a veces puedo optar por eliminarlo para causar efecto.

Por si no te has dado cuenta, tengo un gran sentido del dramatismo, pero muéstrale lo suficiente para que se les plantee la pregunta. Luego, dedica un rato a recordarles lo maravillosa que soy.

Supongo que, en efecto, les anima a condicionarse: ¿cómo se te ocurre pensar algo así? Ahí estás pensando, mientras Fred se va a regalar cachorros a huérfanos en su tiempo libre.

Querías un cachorro, ¿recuerdas? ¿Por qué estás tan resentido porque estos huérfanos ahora tienen uno? ¿Crees que necesitas uno más que ellos? Déjame en paz.

Deja de asumir lo peor de todos, solo porque tu padre te abandonó/murió/te odiaba. Claramente, es un absurdo. Pensamiento. Un pensamiento desagradable. Hiriente. No lo pienses. Pero lo harás. La próxima vez que se caiga la máscara, por ejemplo. ¿Te pasa algo?

Machine Translated by Google

Diana

No sé si es la ira o la frustración lo que hace que se caiga la máscara, por falta de un término mejor. Pero existe una asociación entre el hecho de que se quitan los guantes y las pupilas se agrandan y se vuelven negras.

Creo que a un tipo menos sofisticado y no socializado le resulta más difícil controlarlo o volver a controlarlo después de que sucede. Debe ser difícil estar en guardia, pero, en realidad, ¿no estamos la mayoría de nosotros en guardia la mayor parte del tiempo?

Steve

La gente ve las emociones en los ojos de los demás, pero los míos funcionan como un espejo que refleja lo que la gente quiere ver o lo que siente. Esto también ayuda a controlar a las personas porque piensan que yo siento lo mismo y eso las hace más amables y menos a la defensiva.

Factura

Conozco el término "máscara" y su significado. Sin embargo, no es exclusivo de los psicópatas. Todos usamos algún tipo de máscara según nuestro entorno.

En lo que se diferencia el psicópata es en que usamos una máscara no para ocultar nuestros defectos sino para explotar los tuyos. La persona que necesitas que sea para poder confiar, contarme, apoyarme y promoverme es la persona en la que me convertiré.

Al estar libre de reacciones emocionales impredecibles y de culpa, soy libre de ser lo que quiera, cuando quiera y luego cambiarlo cuando sea necesario.

Machine Translated by Google

Diana

En cuanto a la situación de las mascarillas, estoy de acuerdo en que todo el mundo las tiene, pero las tuyas son de un tipo diferente, y no estoy segura de que estemos en la misma página al describir las tuyas, que es la parte interesante de esta conversación.

¿Alguna vez te has quitado la máscara y has escuchado comentarios sobre que tus ojos lucen aterradores?

¿Cómo describirías estas numerosas máscaras? Dudo que creas en Dios, pero ¿es una de ellas la imagen de una persona que va bien a la iglesia o qué son en general, según la mejor descripción que puedas dar de ellas?

Factura

Aunque la máscara y la actuación surgen de forma instintiva, sé con certeza que lo estoy haciendo. Se necesita energía para ser convincente, así que imagino que mi máscara se cae con mayor frecuencia cuando estoy cansada o enojada. Suelo ser consciente de ello y tomo medidas para aislarme en mi oficina o hacer un viaje de "negocios" a algún lugar.

Lo último que necesito es atacar a un objetivo antes de que haya cumplido su propósito. Si bien esto ya me ha pasado antes, normalmente soy bastante bueno en hacer las paces. También puede servir para demostrar mi humanidad.

Todos estamos de mal humor de vez en cuando, ¿no? Supongo que otro caso en el que se me cae la máscara es en situaciones en las que se espera empatía. Se trata de una emoción particularmente difícil de emular.

Machine Translated by Google

Diana

Hay un viejo proverbio que dice: “Los ojos son la ventana del alma”. ¿Qué opinas sobre eso?

Fred

Siempre me ha gustado la frase "los ojos son la ventana del alma". A veces, la ventana del alma te devuelve la mirada, desde el otro lado de la mesa en una cita o en la cocina del personal cuando estás tomando un café.

Solo una pequeña señal que dice: “déjame mostrarte lo bien que te conozco en realidad”. Es atractivo. Tal vez te pongas un vestido y te arregles el cabello. Yo me pongo un contexto y sonrío.

No puedes ver mi alma a través de mis ojos porque me falta uno (alma, no ojo), crees. Bueno, la distancia lo prohíbe incluso si quisieras comprobarlo, cosa que no creo que quieras hacer. Pero hay una ventana en mis palabras.

Diana

En cuanto al alma, no creo que tengas una como la que conocemos, pero no he visitado estos pensamientos en mucho tiempo, así que para ser justos, le daré un poco más de pensamiento.

Siempre estoy dispuesto a que mis ideas evolucionen sobre los temas. A primera vista, cuando miras esos ojos negros y oscuros, es como si estuvieras mirando los abismos del mal.

Cómo se relaciona esto con el alma es un tema bastante amplio y tendré que tomarme algún tiempo para pensar en él.

Machine Translated by Google

No tenía un nombre para esos ojos hasta mi primer foro, cuando la gente hablaba del cambio en los ojos. Fue entonces cuando tuve la revelación y vi claramente cómo eran los ojos de una persona menos extremista en comparación con los de esta persona extremista.

Algunas personas en mi foro han dicho que pueden ver pura maldad en los ojos de un psicópata.
Que estaban mirando a los ojos de la locura. Así es como lo veo.

He estado en presencia de algunas personas que eran claramente psicópatas. Si algo les molesta, se les quita la máscara y sus ojos se vuelven negros y llenos de odio.

No importa de qué color sean normalmente sus ojos; muchos en mi foro también han informado que esto sucede.

Es una transición interesante a partir de la situación. Creo que es como cuando los policías dicen que una vez que huelen un cadáver, nunca se olvida el olor.

Fred

Mirando fijamente a los ojos de la locura: ¿en qué punto la introspección se convierte en palabrería y tontería autorreferencial?

En cuanto a las ventanas que dan al mal puro, tengo algunas ideas al respecto. Repito que no creo ser malvado. Mis acciones no se considerarían, en su mayor parte, tan alejadas de la norma. No me propongo "hacer el mal".

Machine Translated by Google

Creo que lo que mucha gente entiende por "maldad" es similar a lo que entienden por "locura". Las personas locas no tienen mucho sentido porque no actúan racionalmente.

Pero también están obviamente locos, no vacíos, así que la gente los deja ir. Es una locura sin locura. Extraterrestre. Difícil de procesar. Mira.

Quizás no haga mucha diferencia, ya que sin los ojos y las caras, de todos modos lo único que se va a hacer es leer el guión y seguir las instrucciones del escenario.

Sobre todo las palabras que tengo en mente, porque eran completamente subconscientes y recién ahora me he dado cuenta de lo que están haciendo.

Diana

¿Qué tienen que ver las palabras con los ojos?

Fred

Puedo sentir que mis ojos cambian mientras escribo algunos comentarios, tal como lo harían si los dijera.
Las palabras son herramientas, pero los ojos y la sonrisa son armas.

Dicho esto, por supuesto que puedo hacer ojos derretidos. O sabios. O profundos. O arrepentidos. O animados. Lo que yo quiera, en realidad. Incluso parece haber un cierto grado de conexión entre el color y el desempeño actual.

Mi pareja actual parece pensar que mis ojos son color avellana. Otros han dicho que son azul brillante, azul verdoso, violeta, gris.

Son realmente muy hermosas, mi mayor tesoro después de mi mente. Algunas amigas me las han pedido.

Machine Translated by Google

Fotos de ellos. Bastante "sensatas", incluso. He estado casi acosada por personas, tanto hombres como mujeres, que han quedado fascinadas por ellos.

Sin embargo, como ya he dicho, mis ojos son muy simpáticos. No me refiero sólo a que pueden parecer llenos de simpatía, sino a que, como muchas otras cosas, son lo que la gente les aporta.

En cuanto a los ojos, a veces mis pupilas pueden llegar a agrandarse bastante.

Me lo han comentado varias veces, pero pensé que te referías más bien a un cambio en el tono del iris. Eso también sucede. ¿No es normal lo de la pupila?

Seguramente, cuando estás más alerta, quieres asimilar la mayor cantidad de información posible para tomar las mejores decisiones. El mundo puede ser muy claro y brillante cuando haces eso. Supongo que podría ser simplemente lo que se siente cuando alguien te presta total atención.

Diana

¿Qué otras cosas dice la gente sobre tus ojos?

Fred

En cuanto a los ojos, he recibido varios comentarios. A continuación, se muestran algunos ejemplos:

- Son increíbles/hermosos/tan intensos (sociales y complementarios, pero a menudo no inspirados románticamente)

- Siento que puedes ver a través de mi actuación (a menudo nervioso pero esperanzado, como un alivio de que la actuación no funciona y por eso se puede abandonar. Semi-romántico, pero a menudo de personas que tienen buenas razones para realizar una actuación en primer lugar).

Machine Translated by Google

- No me gustaría encontrarme contigo en un callejón oscuro (de parte de chicos, generalmente cuando he despotricado sobre algo que me ha molestado mucho, como alguien que se comporta de manera totalmente inaceptable hacia alguien que me importa o alguna gran injusticia social que actualmente me tiene en la cabeza).

- Me miraste con nada más que odio (después de una discusión con mi ex súper perra).

- ¿Me estás mirando siquiera? (Durante discusiones u otros momentos negativos pero con gran carga emocional).

- Me siento impotente (por algunas chicas cuando las cosas han pasado de ser amistad/encuentro a ser físicas/románticas, cuando las he mirado directamente a los ojos y les he dicho algo perspicaz/apasionado o lo que sea). sentir

No son palabras exactas, pero transmiten el sentimiento con bastante claridad, a pesar de lo trilladas que son. No estoy seguro de cuántas personas realmente miran a otras personas, les prestan toda su atención y no filtran su atención a través de algún tipo de pretensión social, pero sospecho que no es tan común.

Cuanto más intenso y directo sea, más probabilidades habrá de que haya un comentario y más emotivo será.
También me han dicho muchas veces "podría perderme en tus ojos", generalmente dicho con un tono distintivo que está a medio camino entre elogioso ("son tan hermosos que podría perderme en ellos") y ligeramente preocupado ("hay algo en ellos que quiero descubrir pero no puedo").

Machine Translated by Google

Creo que lo que he logrado hacer durante los últimos días ha sido mirarme a mí mismo de la misma manera en que inconscientemente miro a otras personas. Lamento decir que parezco un problema bastante complejo. Ha sido agotador. Ja. ¿Es así como me siento? ¿Por fin lo he resuelto y me ha pasado a mí?

Esa es una idea que vale la pena considerar más a fondo. Pensaré en ella. Sin embargo, terminaré con una reflexión: si la empatía es ver las cosas a través de los ojos de otra persona, tal vez en mi caso deba intentar ver las cosas a través de los míos.

Invierta el flujo, por así decirlo. Un extremo sube y el otro baja. Y viceversa. Si lo hago durante suficiente tiempo, ¿encontraré a una persona aquí en alguna parte?

¿Podré volver a unir las piezas si veo que encajan todas con la suficiente fuerza? ¿Podría hacer una? ¿Como una máscara que una vez que te la pones no te la puedes quitar nunca más? Tendría que ser una muy buena.

Con lo cual quiero decir: ¿puedo repararme a mí mismo y si no puedo, rehago lo que tengo en algo estático pero mejor?

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

Epílogo

"No hay índice de carácter
Tan seguro como la voz."
--Benjamin Disraeli, Tancredo

Espero que la lectura de las transcripciones de estas entrevistas le haya resultado esclarecedora. Resumir más de 125.000 palabras de conversaciones tan variadas fue todo un desafío, pero creo que estos extractos ofrecen una visión muy interesante de las mentes de algunos psicópatas comunes. Espero que, al leer esto, algunas personas se den cuenta de que existen a nuestro alrededor.

Una de mis lectoras beta, Gail, me preguntó cómo me sentía al escribir el libro. Parece justo que, después de haber pedido a mis participantes que expresaran sus respuestas emocionales durante las entrevistas, termine compartiendo mi propia reacción.

Las conversaciones me parecieron fascinantes y horrorosas al mismo tiempo.

Un día, me sentí tan asustado que puse cinta adhesiva negra sobre la cámara de mi computadora.
Steve fue lo más perturbador para mí. Los ojos de la portada son suyos.

Estábamos hablando de ojos y, sin que yo se lo pidiera, me envió una foto de los suyos. Me horroricé mucho cuando habló de darles medicamentos a sus víctimas. De hecho, solté un grito que hizo que mis perros entraran corriendo a la habitación.

Descubrí que empezaban diciendo una cosa, generalmente lo que creían que sería apropiado y los haría quedar bien, y luego se contradecían a medida que continuaban escribiendo.

Machine Translated by Google

Perderían el hilo de la conversación. Esta fue una de las razones por las que decidí comunicarme solo por correo electrónico, para tener una idea de cómo podrían responder en el momento. Tampoco quería que tuvieran acceso a mis emociones o respuestas.

Fred fue el más interesante para mí. Durante la mayoría de nuestras conversaciones, estaba claramente en un estado de euforia. Terminé con más de 85 mil palabras solo de él.

Todavía tengo noticias suyas de vez en cuando. Era introspectivo y sentía curiosidad por su propio estado mental. Fred tenía una madre cariñosa que claramente debía saber en algún nivel cómo era su hijo, y parece haber hecho mucho por socializarlo.

Se puede ver la desconexión de Steve, sin entender por qué y cómo se siente su madre con respecto a él. Creo que todos tuvieron madres que los ayudaron.

Varias veces, cuando la conversación giraba en torno a la muerte de alguien, uno de ellos intervino: "No fui yo". Nunca estuve segura de si estaba demasiado a la defensiva, tratando de ocultar algo, o si en realidad era inocente pero temía que yo asumiera que era su culpa.

Cuando hablé con Fred sobre el hecho de que Steve drogara a sus víctimas, no podía simplemente decir "eso es abominable" y dejarlo así, sino que tenía que seguir adelante y exponer su propio proceso de pensamiento aberrante explicando que no lo haría. No por preocupación moral, sino por miedo a que lo atraparan.

A veces me pregunto: "¿Está jugando conmigo otra vez?" ¿Está tratando de hacerme creer que es peligroso por algún sentido del humor fuera de lugar o para ganar el control?

Machine Translated by Google

Después de leer algunos de los diálogos de Fred, usted podría verse tentado a pensar que los psicópatas pueden tener moral, emociones y deseos intensos de entablar relaciones y relacionarse con otras personas.

Ten cuidado, porque así te enganchan. Nunca sabes si te están diciendo la verdad o sólo lo que quieres oír.

En general, me alegro de haber tomado la decisión de no volver a trabajar para nadie más, en especial después de entrevistar a Bill. Me molestó la forma en que describió cómo había engañado a esa pobre mujer al hacer que la gente solo viera su interacción y su versión.

Por mucho que hubiera deseado un ascenso cuando trabajaba para una corporación, una maquinación como la suya nunca habría pasado por mi mente.

Gracias a todos los que habéis leído mi libro. Agradecería vuestros comentarios y opiniones. Si deseas más información o deseas dejar algún comentario, puedes visitar mi foro donde he habilitado una sección especial para conversar sobre mi libro.

Si busca un diagnóstico también puede ponerse en contacto conmigo y le ayudaré a orientarle hacia el especialista adecuado para sus solicitudes confidenciales.

Tomo muy en serio la confidencialidad. No podré responder ninguna pregunta específica sobre las personas que entrevisté en este libro, como su ubicación o información de contacto, pero estaré encantado de responder cualquier pregunta general.

Atentamente,

Diana

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

PARA MI PRÓXIMO LIBRO – ESTOY BUSCANDO PADRES

Estoy trabajando en mi próximo libro, en el que entrevistaré a padres de psicópatas.

Tengo pensado escribir sobre las experiencias que viven los padres cuando tienen un hijo con el tipo de comportamiento que se describe en este libro. Póngase en contacto conmigo si está dispuesto a compartir sus experiencias de forma confidencial.

dianne@psychopath-research.com

Machine Translated by Google

Machine Translated by Google

REFERENCIAS

Referencias para el prólogo

Asociación Estadounidense de Psiquiatría (1952). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales. Washington, DC: Autor.

Asociación Americana de Psiquiatría (1968). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (2.ª ed.). Washington, DC: Autor.

Asociación Americana de Psiquiatría (1980). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (3.ª ed.). Washington, DC: Autor.

Asociación Americana de Psiquiatría (2013). Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (5.ª ed.). Washington, DC: Autor.

Birnbaum, K. (1914). Die psychopathischen verbrecker. Leipzig: Thième.

Cleckley, H. (1941). La máscara de la cordura . St. Louis: Mosby.

Cleckley, H. (1976). La máscara de la cordura, quinta edición. St. Louis, MO: Mosby.

Gacono, CB (2000). La evaluación clínica y forense de la psicopatía: una guía para profesionales. Nueva Jersey: Lawrence Erlbaum Publishers.

Machine Translated by Google

Gacono, CB (2015) La clínica y la medicina forense
Evaluación de la psicopatía: guía
para profesionales (segunda edición).
Nueva York: Routledge.

Gacono, CB, Loving, JL y Bodholdt, R. (2001).
El Rorschach y la psicopatía: hacia una comprensión
más precisa de la
Resultados de la investigación. Revista de personalidad
Evaluación, 77:1, 16-38.

Gacono, CB y Meloy, JR (1994). El
Evaluación de Rorschach de agresividad y
personalidades psicópatas. Lawrence
Editorial Erlbaum.

Gacono, CB, Meloy, JR, Sheppard, K., Speth, E.,
& Roske, A. (1995). Una investigación clínica de
simulación y psicopatía en absueltos de
demencia hospitalizados. Boletín de
Academia Estadounidense de Psiquiatría y Derecho,
3, 387-397.

Gacono, CB, Meloy, JR, Speth, E. y Roske, A.
(1997). Por encima de la ley: Fugas de un
hospital forense de máxima seguridad y psicopatía.
Boletín de la Sociedad Americana de la Psicología.
Academia de Psiquiatría y Derecho, 25,
1-4.

Hare, R D. (1991). La psicopatía de Hare
Manual revisado de listas de verificación. Toronto:
Multi-Health Systems.

Hare, RD (2003). La psicopatía de Hare
Manual revisado de listas de verificación. Toronto:
Multi-Health Systems.

Machine Translated by Google

Hart, SD, Cox, DN y Hare, RD (1995). Manual para la lista de verificación de psicopatía: detección Versión (PCL:SV). Toronto: Multi-Health Sistemas.

Heilbrun, K. y otros, (1998). Pacientes hospitalizados y post- La agresión por descarga en delincuentes con trastornos mentales: el papel de la psicopatía. Revista de Violencia Interpersonal, 13, 514-527.

Kraepelin, E. (1907). Psiquiatría clínica (AR) Diefendorf, trad.). Nueva York: Macmillan.

Losel, F. (1998). Tratamiento y manejo de psicopatías. En DJ Cooke, AE Forth y RD Hare (Eds.), Psychopathy: Theory, Investigación e implicaciones para la sociedad (pp. 303-354). Dordrecht, Países Bajos: Kluwer.

Lyon, DR, y Ogloff, JR (2000). Legal y Cuestiones éticas en la evaluación de la psicopatía. En CB Gacono (Ed.), La clínica y Evaluación forense de la psicopatía: guía para profesionales (págs. 139-174). Mahwah, Nueva Jersey: Lawrence Erlbaum Publishers.

Marcus, DK, Lilienfeld, SO, Edens, JF y Poythress, NG (2006). ¿El trastorno de personalidad antisocial es continuo o categórico? Un análisis taxométrico. Medicina Psicológica, 36, 1571-1581.

Mayer, JD (2005). Una historia de dos visiones: ¿Puede una nueva visión de la personalidad ayudar a integrar la psicología? American Psychologist, 60, 294-307.

Machine Translated by Google

Ogloff, J., Wong, S., y Greenwood, A. (1990). Tratamiento de psicópatas criminales en un programa comunitario terapéutico. Ciencias del comportamiento y el derecho, 8, 181-190.

Pinel, P. (1806). Un tratado sobre la locura (D. Davis, Nueva York: Hafner.

Rice, ME, Harris, GT y Cormier, CA (1992). Una evaluación de una comunidad terapéutica de máxima seguridad para psicópatas y otros delincuentes con trastornos mentales. Derecho y comportamiento humano, 16, 399-412.

Robins, LN (1966). Niños desviados que crecen. Baltimore, Maryland: Williams & Wilkins.

Referencias para la Introducción y Capítulos

Hare, R. Sistemas de salud múltiple. PCL-R. Recuperado de http://www.hare.org/scales/pclr.html

Lilienfeld, SO y Arkowitz, H. (2007). Qué "psicópata" significa: No es exactamente lo que Podrías pensarlo. Scientific American. Recuperado de http://www.scientificamerican.com/article/que-significa-psicopata/?page=1

Rogers, T., Blackwood, N., Farnham, F., Pickup, G., Watts, M. (2008). Aptitud para declarar y competencia para ser juzgado: una revisión sistemática del concepto y su aplicación.

Machine Translated by Google

Revista de psiquiatría forense y
Psicología, 19, 576-596.

WebMD. Trastorno bipolar. Recuperado de http://
www.webmd.com/bipolar-disorder/
mental-health-bipolar-disorder

Wikipedia (2015). Para obtener definiciones generales e
información sobre personas, palabras,
términos científicos, películas y obras de teatro.

Recursos

Foro de apoyo a víctimas de psicópatas
www.investigacion-psicopata.com